ทศบารมี



ดร.สนอง วรอุไร

ขอมอบเป็นธรรมบรรณาการ
เพื่อเป็นพลังใจในการสั่งสม

ทศบารมี

แด่ ....

....

จาก ....

ดร.สนอง วรอุไร

ทศบารมี

ดร.สนอง วรอุไร

ชมรมกัลยาณธรรม
หนังสือดีลำดับที่ ๑๖๑
กันยายน ๒๕๕๔ จำนวน ๑๐,๐๐๐ เล่ม

จัดพิมพ์เป็นธรรมทานโดย
ชมรมกัลยาณธรรม
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐๒-๗๐๒-๗๓๕๓

รูปเล่ม : ศิรัส วัชระสุขจิตร
โทรศัพท์ ๐๘๖ ๗๘๗ ๘๘๐๐

แยกสีและพิมพ์ที่ : Canna Graphic
โทร ๐๘๖ ๓๑๔ ๓๖๕๑

สัพพทานัง ธัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง

www.kanlayanatam.com

คำอนุโมทนา

กุศลธรรม ๑๐ อย่างคือ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา และอุเบกขา หากผู้ใดประพฤติได้แล้ว จะถูกเก็บสั่งสมเป็นบารมีอยู่ในจิตวิญญาณของผู้บำเพ็ญบารมี เป็นคุณสมบัติที่ยิ่งใหญ่ ทำให้สามารถนำพาจิตวิญญาณให้พ้นไปจากความทุกข์ทางกายและทางใจได้ บารมียังสามารถนำพาจิตวิญญาณ ไปสู่ความสุขสูงสุดที่เรียกว่า

วิมุตติสุขได้ และเมื่อถึงวาระที่ต้องทิ้งขันธ์ลาโลก คุณธรรมนี้สามารถนำพาชีวิตให้พ้นไปจากความทุกข์ทั้งปวงได้

ข้าพเจ้าขอบคุณทุกท่าน ที่มีส่วนทำให้ทศบารมีสำเร็จเป็นรูปเล่ม และอ้างเอาอานิสงส์แห่งธรรมทานนี้ จงเป็นพลังผลักดันจิตวิญญาณของทุกท่าน ไปสู่ความสุขที่พ้นไปจากสมมุติ จงทุกท่านทุกคน เทอญ

คำนำของชมรมกัลยาณธรรม

ชีวิตเราส่วนใหญ่ที่เกิดใต้ร่มเงาพระพุทธศาสนา ต่างเชื่อกันว่าเราเกิดมาเพื่อพัฒนาจิตวิญญาณ สั่งสมบุญบารมี แต่หากเพียงคิดฝัน ไม่ลงมือปฏิบัติให้เป็นรูปธรรม ไม่สร้างเหตุอันถูกตรง ย่อมไม่อาจข้ามพ้นวังวนแห่งทุกข์ในวัฏฏสงสาร เพราะการเดินทางย่อมต้องอาศัยปัจจัย เสบียงบุญบารมีหนุนส่ง เข้าสู่กระแสธรรม ตามทางอริยมรรค มีองค์ ๘ เป็นทางดำเนินอันถูกตรงให้ถึงยังฝั่งอันเกษมในที่สุด

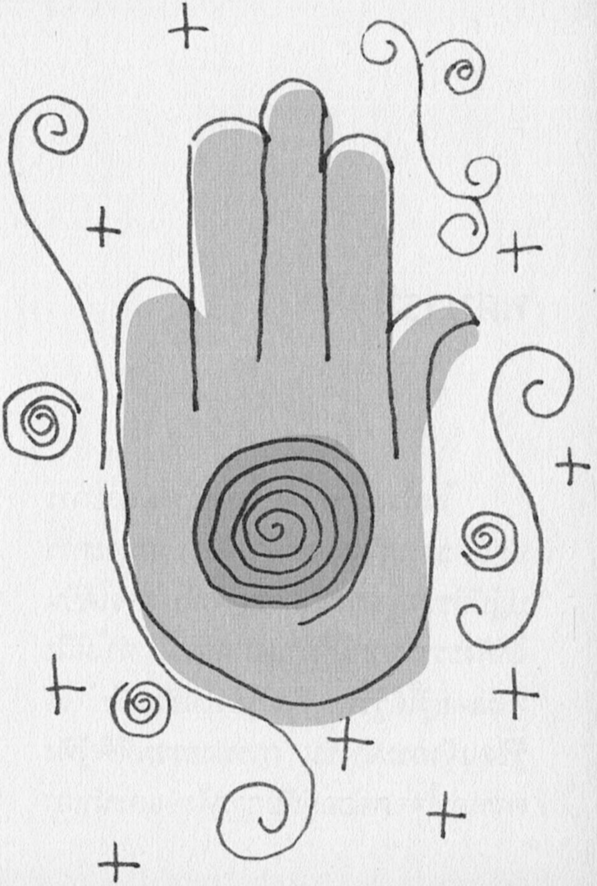
ทศบารมี เล่มนี้ เรียบเรียงจากคำบรรยายของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร ครูผู้เป็นแบบอย่างทางดำเนินแห่งพระพุทธะ ดุจพระผู้มุ่งปรารถนาสู่ความพ้นทุกข์ ทั้งยังเมตตาห่วงใยเพื่อนสหธรรมิกผู้ร่วมเกิด แก่ เจ็บ ตาย ท่านได้อุทิศตนเป็นประจักษ์พยานแห่งธรรม เข้าถึงความเป็น "ปัจจัตตัง" แห่งธรรมอันเป็นอกาลิโก โดยแน่วแน่ปฏิบัติเป็นแบบอย่างแห่งทศบารมีอย่างไม่ท้อถอย ด้วยการตั้งสัจจะบำเพ็ญจิตและอุทิศตนเพื่อกตัญญูต่อพระพุทธศาสนาตลอดไปตราบชั่วชีวิตจะหาไม่

ชมรมกัลยาณธรรมถือกำเนิดจากสายธารแห่งธรรม สายใยแห่งศรัทธาในปฏิปทาของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร จากหยดน้ำเล็กๆ แผ่ขยายเป็นมหาสมุทรที่ใสสะอาดชุ่มเย็น ก่อประโยชน์เกื้อกูลแก่พุทธบริษัทและสังคม เปรียบเหมือนโอเอซิสในทะเลทรายที่ร้อนระอุ ทั้งผู้รับผู้ให้ต่างได้รับกระแสเย็นแห่งธรรม นำชีวิตให้มุ่งไปสู่ความสะอาด สว่าง สงบ ตามรอยครู ผู้เป็นแบบพิมพ์แห่งธรรม

ในโอกาสมงคลวาระ ครบรอบวันคล้ายวันเกิดปีที่ ๗๓ ของท่านอาจารย์ ดร.สนอง วรอุไร จะเวียนบรรจบครบรอบ

ในเดือนกันยายน ๒๕๕๔ นี้ ขอนอบน้อมบูชาจาริยคุณท่านอาจารย์ ผู้เป็นประหนึ่งบิดาและครูผู้เสียสละและเมตตาไม่มีประมาณ ขออาราธนาอำนาจคุณแห่งพระรัตนตรัยจงอภิบาลคุ้มครองดวงประทีปแห่งธรรมนี้ ให้ส่องสว่างทางถูกตรง สู่ใจมวลชนตราบนานแสนนาน ขอพระสัทธรรมจงเป็นที่พึ่งของปวงสรรพสัตว์ตลอดไป

ทพญ.อัจฉรา กลิ่นสุวรรณ์
ประธานชมรมกัลยาณธรรม



ทศบารมี

ในห้วงเวลานี้มีการฟังธรรมและการปฏิบัติธรรมกันมาก การฟังธรรมและการปฏิบัติธรรม ควรทำควบคู่กันไป การได้ยินได้ฟังธรรมจากผู้รู้มาบอกกล่าว ทำให้สิ่งที่ไม่เคยรู้ได้รู้ขึ้น สิ่งที่รู้ยังไม่ชัดแจ้ง ได้รู้ชัดแจ้งกระจ่างขึ้น การฟังธรรมที่ดีผู้ฟังควรเอาใจจดจ่ออยู่กับการฟัง และนำเอา

สิ่งที่ได้ยินได้ฟัง มาพิจารณาแก้ไข ปรับใช้ให้เหมาะกับตัวเอง ในวันนี้จะกล่าวถึงเรื่องของบารมี

หากจะถามว่า บารมีคืออะไร บารมีเป็นคุณธรรมที่ผู้ใดบำเพ็ญได้แล้ว ย่อมทำให้บรรลุจุดหมายที่สูงได้ คุณธรรมที่เป็นบ่อเกิดแห่งบารมีนั้น พระพุทธโคดมตรัสไว้ว่ามีอยู่ ๑๐ อย่าง (ทศบารมี) ได้แก่ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา และอุเบกขา

๑. ทาน

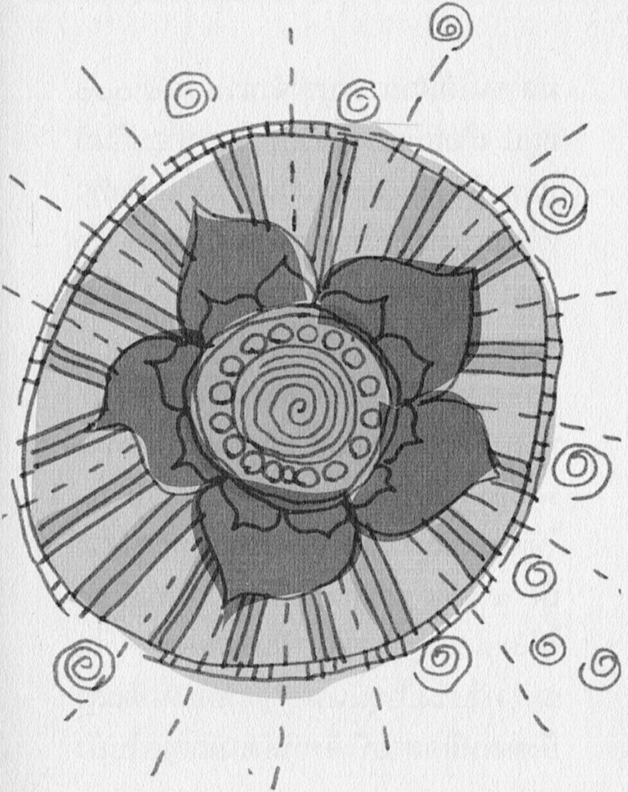
คำว่า “ทาน” หมายถึง การให้หรือสิ่งที่ให้ บุคคลสามารถให้วัตถุเป็นทาน เช่น ให้น้ำ ให้อาหาร ให้ยารักษาโรค ให้เครื่องนุ่งห่ม ให้ดอกไม้ ให้ของหอม ให้ที่อยู่อาศัย ให้ประทีปโคมไฟส่องสว่าง ฯลฯ นอกจากให้วัตถุแล้วบุคคลยังสามารถให้สิ่งที่ไม่ใช่วัตถุ เช่น ให้โอกาสผู้อื่นทำความดี ให้ความช่วยเหลือ ให้อภัย ให้ความรู้ ให้คำแนะนำ ฯลฯ ต่างๆ เหล่านี้ ผู้ใดได้ให้แล้วผู้นั้นย่อมมีทานบารมีสั่งสมอยู่ในจิตของตน ประโยชน์หรืออานิสงส์ที่เกิดจากการให้ เช่น

ให้วัตถุเป็นทาน ผู้ให้ย่อมเป็นผู้มีโภคะมาก ให้ความช่วยเหลือเป็นทานย่อมได้เพื่อน ให้อภัยเป็นทานย่อมได้เมตตา ให้ปัญญาเป็นทานย่อมมีปัญญามาก ฯลฯ ปัญหาจึงมีอยู่ว่า จะให้ทานแก่ใคร ใครจะเป็นผู้มารับทานที่ให้ สรรพสัตว์ใดที่ผู้ให้สามารถสื่อถึงเขาได้ และเขามีความพร้อมมารับหรือมาอนุโมทนาทานที่ให้ได้ การให้จึงจะถือว่าบรรลุผล เช่น ให้อาหารเป็นทานแก่สัตว์เดรัจฉาน นำอาหารไปใส่ลงในบาตรของพระสงฆ์ อุทิศบุญให้กับสรรพสัตว์ที่ตายไปแล้ว เขามารอรับส่วนบุญ ให้อภัยเป็นทานกับคนหรือสัตว์ที่ทำให้ขัดใจ ให้โอกาสตัวเองได้มาฟังธรรม หรือได้ไป

ปฏิบัติธรรม ฯลฯ ในบรรดาการให้ทานทั้งหลายเหล่านี้ ผู้ใดประพฤติได้แล้ว ผู้นั้นย่อมมีทานบารมีสั่งสมอยู่ในจิตใจ แต่อานิสงส์มิอาจเทียบได้กับการให้ปัญญาเป็นทาน หรือให้ธรรมะเป็นทานซึ่งเป็นการให้ที่มีอานิสงส์สูงสุด

พระเจ้าอโศกมหาราช ผู้มีอำนาจ มีวาสนาครอบครองชมพูทวีปได้เกือบทั้งหมด ในห้วงเวลาที่พระพุทธโคดม ได้เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้วสองร้อยปีเศษ (พ.ศ. ๒๒๑) พระเจ้าอโศกเป็นผู้บำเพ็ญทานที่ยิ่งใหญ่ คือ ให้วัตถุเป็นทานแก่มหาชนด้วยการสร้างสถูป (เจดีย์) ไว้ให้

มหาชนได้สักการะบูชาจำนวน ๘๔,๐๐๐ สถูป เกือบทั่วชมพูทวีป เป็นองค์อุปถัมภ์ในการสังคายนาพุทธศาสนาครั้งที่ ๓ บันทึกหลักธรรมของพุทธศาสนาลงบนศิลาจารึก และปักไว้ในที่สำคัญทางพุทธศาสนาได้แก่ ที่ประสูติ ที่ตรัสรู้ ที่แสดงปฐมเทศนา ที่แสดงยมกปาฏิหาริย์ ที่เสด็จลงจากดาวดึงส์ ที่ปลงสังขาร และที่เสด็จดับขันธปรินิพพานพระองค์ ยังได้ให้สิ่งสูงสุดแก่ชาวโลก คือ ได้ส่งสมณทูตออกไปเผยแพร่พุทธศาสนาถึง ๙ สาย สายที่หนึ่งถึงหก ส่งสมณทูตไปเผยแพร่พุทธศาสนายังมณฑลต่างๆ ในชมพูทวีป ซึ่งปัจจุบันได้สูญหายไปหมดแล้ว ยังคงเหลือสายที่เจ็ดที่ส่งสมณทูตไปยัง



หิมวันตประเทศ (ธิเบต เนปาล ภูฐาน) เป็นพุทธศาสนาแบบมหายาน ยังคงเหลือสายที่แปดที่ส่งสมณทูตไปยังสุวรรณภูมิ และยังคงเหลือสายที่เก้าที่ส่งสมณทูตไปยังลังกา ซึ่งสองสายสุดท้ายเป็นพุทธศาสนาแบบหินยาน สามสายสุดท้ายนี้เท่านั้น ที่พุทธศาสนายังสืบทอดดำรงอยู่เรื่อยมา จนถึงปัจจุบันนี้

๒. ศีล

คำว่า "ศีล" หมายถึงข้อบัญญัติสำหรับความประพฤติ หรือข้อปฏิบัติสำหรับควบคุม กาย วาจา ให้ตั้งอยู่ในความดีงาม

ศีล ๕ เป็นศีลที่พระพุทธโคดมได้บัญญัติไว้ให้ฆราวาสชาวพุทธ ได้ถือปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีปรกติสุขและรักษาสถานภาพแห่งความเป็นมนุษย์ให้คงอยู่

ศีล ๘ มีไว้สำหรับผู้ประสงค์ฝึกตนให้ดียิ่งๆ ขึ้น ด้วยการรักษาในบางโอกาส เช่นรักษาในวันพระ หรือวันอุโบสถ ผู้ใดมีศรัทธารักษาศีล ๘ เป็นประจำ เช่นอุบาสิกาที่บวชเป็นชีก็ย่อมทำได้

ศีล ๑๐ บัญญัติไว้สำหรับพุทธศาสนิกชน ผู้ศรัทธาบวชเป็นสามเณรหรือสามเณรีถือปฏิบัติเป็นประจำ

ศีล ๒๒๗ พระพุทธโคดมบัญญัติไว้สำหรับผู้บวชเป็นภิกษุ ได้ถือปฏิบัติเป็นประจำ

ศีล ๓๑๑ พระพุทธโคดมบัญญัติไว้ให้ผู้บวชเป็นภิกษุณีได้ถือปฏิบัติเป็นประจำ

สำหรับผู้เข้าปฏิบัติธรรมต้องเอาศีลลงคุมให้ถึงใจ เพราะศีลจะเป็นเกราะที่ทรงพลังคุ้มครองใจไม่ให้หวั่นไหว ใจที่มีศีลอยู่ครบ ใจที่มีศีลบริสุทธิ์คุ้มครอง ย่อมทำให้เข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้

ประโยชน์หรืออานิสงส์ที่เกิดขึ้นจากการมีศีล คือทำให้มีอายุยืนปราศจากโรค มีทรัพย์ปลอดภัย ครอบครัวเป็นสุข คำพูดมีเสน่ห์ เป็นที่รักของมนุษย์และเทวดา มีสติตั้งมั่น และเป็นที่อบอุ่นของสัตว์โลก

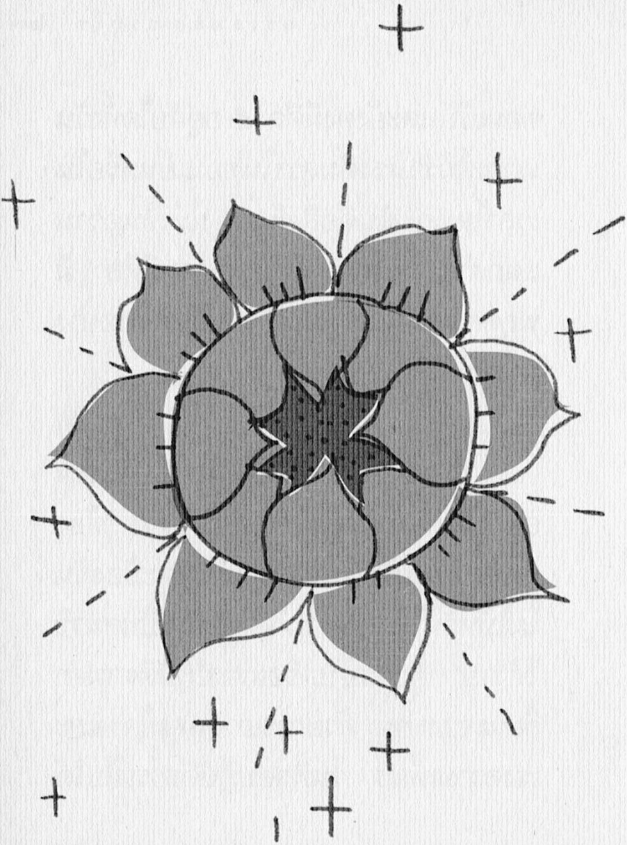
นอกจากนี้ศีลยังเป็นคุณธรรมหลักที่นำพาจิตวิญญาณให้มาเกิดเป็นมนุษย์ การจะเกิดเป็นมนุษย์ได้ ต้องมีศีล ๕ คุมใจอยู่เป็นปรกติ ขณะจิตหลุดออกจากร่างเดิมเพื่อไปหาร่างใหม่เข้าอยู่อาศัย พลังของศีล ๕ จะเป็นแรงผลักดันจิตวิญญาณ ให้โคจรเข้าไปอยู่อาศัยในร่างที่เป็นมนุษย์ ฉะนั้น ผู้มีเพศเป็นฆราวาสไม่ว่าจะเป็นชายหรือหญิง มิใช่เพียงแค่รู้ศีล ๕ แต่ต้องมีศีล ๕ สถิตอยู่กับใจ จึงจะมีโอกาสเกิดมาได้อัตภาพเป็นมนุษย์อีกครั้ง

การศึกษาเล่าเรียนธรรมวินัยในด้านปริยัติ เป็นการเรียนเพื่อที่จะรู้ธรรมรู้วินัย

แต่มิได้เป็นการทำให้มีธรรมมีวินัยเกิดขึ้นกับใจ คนรู้ธรรมกับคนมีธรรม จึงมีการใช้ปัญญาแก้ปัญหาได้แตกต่างกัน คนรู้ธรรมแก้ปัญหาด้วยการใช้ปัญญาทางโลก แต่คนมีธรรมแก้ปัญหาด้วยการใช้ปัญญาทางธรรม การคิด พูด ทำ ที่แสดงออกให้เห็นเป็นพฤติกรรมของคนรู้ธรรมจึงต่างไปจากการคิด พูด ทำ ของคนมีธรรม ดังนั้นคนที่รู้ศีล เมื่อสมาทานศีล ๕ ไปจากพระสงฆ์แล้วในตอนเช้า ยังมีโอกาสประพฤติทุศีลด้วยการร่วมวงดื่มสุราในตอนเย็น หากจะถามว่าคนที่ยังดื่มสุรา รู้จักคำว่า สุราเมรยฯ ไหม เขาจะรู้ว่าคำนี้ หมายถึงอะไร แต่คนที่สมาทานศีล ๕ ไปจากพระสงฆ์แล้วใน

ตอนเช้า และยังคงมีศีล ๕ อยู่กับใจทั้งวัน เขาจะไม่ร่วมวงดื่มสุราในตอนเย็นหรือในเวลาไหนๆ นั่นคือสิ่งที่แสดงให้เห็นความแตกต่าง ระหว่างคนรู้ศีลกับคนมีศีล มีพฤติกรรมที่ไม่เหมือนกัน ดังที่ยกตัวอย่างมาให้ดู

ในสมัยที่ผู้บรรยายไปฝึกปฏิบัติธรรมอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก ท่านพูดว่า "ต้องเอาศีลลงคุมให้ถึงใจ ใจจะมีเกราะป้องกันไม่ให้หวั่นไหว ทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย" ผู้บรรยายเชื่อและปฏิบัติตามคำชี้แนะของท่าน ด้วยการเอาศีลคุมใจ และเร่งความเพียร ในที่สุดปฏิบัติธรรมไปได้



เพียง ๗ วันก็สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิสูงสุด (อัปปนา สมาธิ) ได้ ลองดูข้อปฏิบัติที่ต้องศึกษา ๓ อย่าง (ไตรสิกขา) ที่ระบุไว้ว่ามี ศีล-สมาธิ-ปัญญา ซึ่งหมายความว่า จิตจะเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ จิตต้องมีศีลเป็นพื้นฐานนำมาก่อน จิตจะเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้ จิตต้องมีสมาธิเป็นพื้นฐานนำมาก่อน

เมื่อย้อนกลับมาดูการพัฒนาปัญญาทางโลก (สุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา) ให้เกิดขึ้นได้ ไม่จำเป็นต้องมีศีลคุมใจ แต่ในทางธรรม การพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง ต้องทำจิตให้สะอาดด้วยศีล แล้ว

จิตจึงจะเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิที่เป็นพื้นฐานทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งขึ้นกับจิตได้ เมื่อเช้ามีวิทยากรมาพูดเรื่องพระคุณของแม่ ทำให้ผู้ฟังมีจิตจดจ่ออยู่กับเสียงที่ได้ยิน ส่งผลให้จิตสงบเป็นสมาธิ ผู้มีจิตสงบจะเริ่มหันมาดูตัวเอง คนที่มองตัวเองออก คนที่มองเห็นความไม่ดีของตัวเองได้ นั่นคือการเริ่มต้นที่จะเป็นคนดี คนส่วนใหญ่ที่มิได้ปฏิบัติธรรม มักจะมองออกนอกตัว มองไปที่คนอื่น จึงเห็นแต่ความไม่ดีของคนอื่น แทนที่จะมองเข้ามาดูตัวเอง แล้วจะได้เห็นความไม่ดีของตัวเอง จึงต้องให้คนอื่นสะท้อนเอาความไม่ดีของตัวเองออกมาให้เห็น

เหตุที่มองคนอื่นไม่ดี หรือคนอื่นมองเห็นตัวเราเองไม่ดีเป็นเพราะมีศีลไม่ครบ มีศีลไม่บริสุทธิ์นั่นเอง ฉะนั้น ศีลจึงเป็นคุณธรรมที่ให้อานิสงส์แก่ผู้มีศีลมาก ดังคำที่ว่า *"สีเลนะ โภคะสัมปทา"* ซึ่งมีความหมายว่า มีศีลทำให้มีโภคทรัพย์ ผู้บรรยายเคยมีประสบการณ์ตรงในเรื่องนี้ ตรงที่ว่าในสมัยที่ยังเป็นวัยรุ่น ตัวเองเป็นผู้ทุศีลโดยเฉพาะในข้อที่ห้า ทรัพย์ที่อยู่ในกระเป๋ามักจะวิ่งเข้าปากขวดเหล้าอยู่บ่อยๆ หรือคำว่า *"สีเลนะ นิพพุติง ยันติ"* จะพัฒนาจิตให้เข้าถึงพระนิพพานได้ ต้องมีศีลอยู่ที่ใจ ลำพังศีล อย่างเดียวไม่สามารถทำให้เข้าถึงพระนิพพานได้ แต่ศีลเป็นพื้นฐาน

นำสู่ปัญญาเห็นแจ้ง แล้วใช้ปัญญาเห็นแจ้งกำจัดกิเลส (สังโยชน์ ๑๐) ให้หมดไปจากใจได้เมื่อใด โอกาสเข้าถึงพระนิพพานจึงจะมีความเป็นไปได้

ด้วยเหตุนี้จะเห็นได้ว่า ศีลมีอุปการะมาก ผู้ใดปรารถนารักษาศีล ๕ หรือรักษาศีล ๘ ก็ย่อมทำได้ ขึ้นอยู่กับศรัทธาของผู้นั้น ผู้ที่บวชเป็นเณรต้องรักษาศีล ๑๐ ข้อ ผู้บวชเป็นพระสงฆ์ต้องรักษาศีลมากถึง ๒๒๗ ข้อ ซึ่งสงฆ์จำนวนมาก จำได้ไม่หมดว่ามีวินัย (ศีล) อะไรบ้างที่ตนเองต้องรักษาเพื่อไม่ให้พลาดไป จากวินัยที่พระพุทธโคดมได้บัญญัติไว้คุมใจให้คิดพูดทำดี

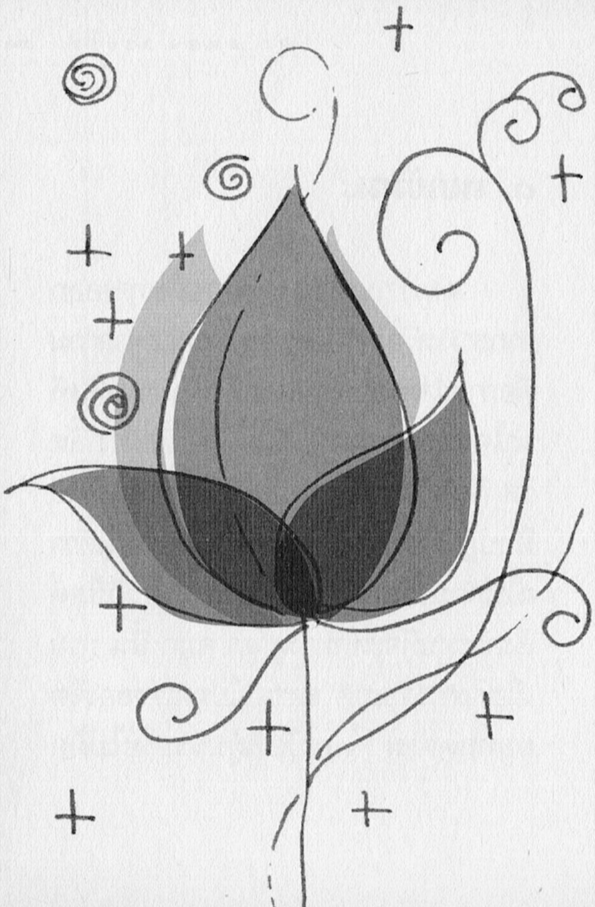
อยู่ทุกขณะตื่น คำว่าดีในที่นี้หมายถึงไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม สำหรับคนที่พัฒนาจิตจนสะอาดได้แล้ว การที่จะดูว่าผู้ใดมีศีลคุมใจอยู่หรือไม่ เป็นเรื่องที่ดูได้ไม่ยาก ด้วยการดูจากพฤติกรรมที่บุคคลได้แสดงออก ตัวอย่างเช่นเห็นคนนั่งตกปลาเรียงรายอยู่รอบบ่อปลา นั่นเป็นเครื่องบ่งชี้ให้เห็นว่า คนเหล่านั้นกำลังประพฤติทุศีล บางคนยังมีความจำเป็นต้องประกอบอาชีพทุศีล เพราะต้องรับจ้างให้ได้เงินมาเลี้ยงปากท้อง ยังทำได้อยู่ ทั้งนี้เพราะมิได้ประพฤติทุศีลตลอดยี่สิบสี่ชั่วโมง เวลาที่ว่างจากการทำงาน เอาเวลาที่เหลือมาทำความดีให้มีมากยิ่งขึ้น เช่น ประพฤติทาน

ศีล ภาวนา เพื่อใช้เป็นตัวถ่วงดุล มิให้บาปมีกำลังมาก

นอกจากศีลแล้ว ความดีอย่างอื่นเช่นประพฤติบุญกิริยาวัตถุ ๑๐ ประพฤติบารมี ๑๐ ประพฤติจริยธรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ฯลฯ ก็สามารถประพฤติควบคู่กันไปได้กับการรักษาศีล เช่นเดียวกันต้องเว้นประพฤติอกุศลธรรมอื่นใดที่ให้ผลเป็นบาป เช่น เว้นเข้าไปข้องเกี่ยวกับสิ่งที่เป็นอบายมุข เว้นใกล้ชิดปาปมิตร เว้นประพฤติอกตัญญูต่อผู้มีอุปการคุณ ฯลฯ

๓. เนกขัมมะ

คำว่า “เนกขัมมะ” หมายถึง การออกจากกาม หรือการออกบวช การออกจากกามคือการนำตัวออกห่างจากสิ่งเย้ายวน สิ่งที่น่าใคร่น่าปรารถนา ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งที่เข้ากระทบกาย ผู้ที่นำตัวเองเข้าไปฝึกปฏิบัติธรรมกับสำนักปฏิบัติ เรียกได้ว่าเป็นการประพฤติเนกขัมมะ เป็นวิธีลดสิ่งกระทบที่จะเข้าทางหู ตา จมูก ลิ้น กาย เมื่อสิ่งกระทบลด อารมณ์ปรุงแต่งของจิตย่อมลดตาม ในสมัยที่ผู้บรรยายไปฝึก



ปฏิบัติธรรมอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก ได้จำกัดตัวเองโดยจะไม่พูดถ้าไม่จำเป็น ไม่อ่าน หนังสือ ไม่ดูออกไปไกลเกินสี่ย่างก้าว ไม่ฟังวิทยุหรือข่าวสารที่ออกจากปากคน ฯลฯ จึงทำให้การพัฒนาจิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย และเข้าถึงปัญญาเห็นแจ้งได้ง่าย

๔. ปัญญา

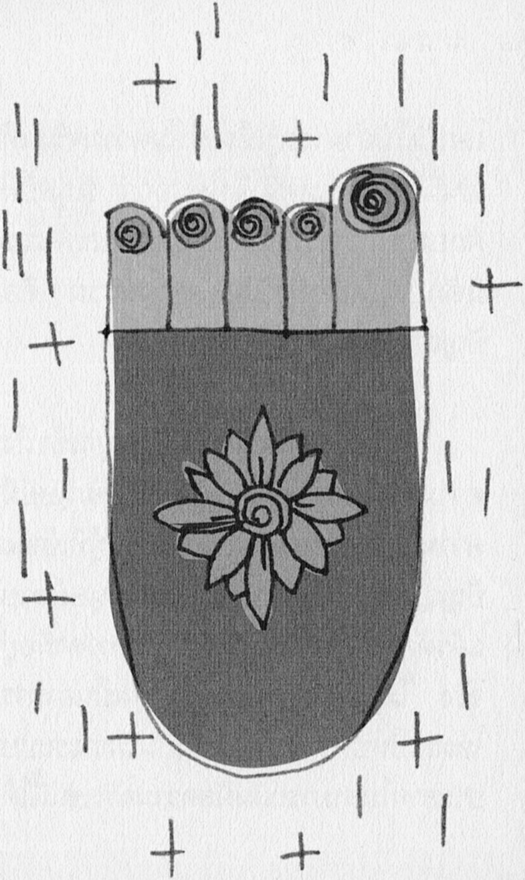
คำว่า "ปัญญา" หมายถึง ความรู้ ความเห็น ความเข้าใจความจริง หรือคือปรีชาญาณหยั่งรู้เหตุผล

มนุษย์ส่วนใหญ่เกือบทั้งโลก พัฒนากันแต่สุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา เหตุเป็นเพราะปัญญาสองประเภทนี้พัฒนาได้ง่าย เรียกปัญญาสองประเภทนี้ว่าเป็นปัญญาทางโลก เพราะเป็นปัญญาที่สามารถรู้เห็นเข้าใจความจริง (เหตุผล) ที่เกิดขึ้นในโลกด้วยประสาทสัมผัสได้ ความจริงที่

เกิดขึ้นกับโลกมีการแปรเปลี่ยนไปตามกาลเวลา (สภาวสัจจะ) เช่น ปัจจุบันเป็นความจริง เมื่อกาลเวลาผ่านไป สู่อนาคต ความจริงที่เคยเป็นอาจจะแปรเปลี่ยนไปเป็นความไม่จริง ดังตัวอย่างเช่น วัยของคนแปรเปลี่ยน จากวัยเด็ก ไปสู่วัยผู้ใหญ่ ไปสู่วัยชรา

ยังมีปัญญาอีกระดับหนึ่ง ที่มนุษย์สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้เป็นปัญญาสูงสุด (ภาวนามยปัญญา) ปัญญาสูงสุดมีทั้งฝ่ายที่ยังข้องเกี่ยวอยู่กับโลก (อภิญญา ๕) และปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนาญาณ ๙ หรือญาณ ๑๖) ที่สามารถรู้เห็นเข้าใจ

ความจริงแท้ (ปรมัตถสัจจะ) ที่ไม่แปรเปลี่ยนไปตามกาลเวลา เช่น คนที่เกิดมาแล้วต้องตายทุกคน ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ความไม่รู้จริง (อวิชชา) เป็นเหตุทำให้สรรพสัตว์มีการเวียนตาย-เวียนเกิดไม่รู้จบ ผู้ที่จะเข้าถึงปัญญาเช่นนี้ได้ต้องพัฒนาจิตให้มีความตั้งมั่นเป็นสมาธิด้วยการปฏิบัติสมถกรรมฐาน และต้องพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง คือเห็นถูกตรงตามความเป็นจริงแท้ (ปรมัตถสัจจะ) ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ปัญญาสูงสุดเช่นนี้เข้าถึงความจริง (เหตุผล) ในระดับที่เป็นจิตสัมผัส ผู้ที่พัฒนาสุตมยปัญญาและจินตามยปัญญา จนถึงระดับสูงสุดในทาง



โลกยังไม่สามารถรู้เห็นเข้าใจความจริงแท้เช่นนี้ได้ ด้วยเหตุนี้ จึงได้บอกว่า มนุษย์มีศักยภาพในการเข้าถึงปัญญาทางโลก และมีศักยภาพเข้าถึงปัญญาทางธรรม คือปัญญาสูงสุดได้

ด้วยเหตุที่มนุษย์มีปัญญาเข้าถึงความจริงได้แตกต่างกัน จึงทำให้มนุษย์มีความเชื่อ (ศรัทธา) ไม่เหมือนกัน ผู้ที่เข้าถึงปัญญาระดับโลกย่อมไม่เชื่อว่ามนุษย์ตายแล้วต้องไปเกิดใหม่ ไม่เชื่อว่าเทวดามีอยู่จริง ไม่เชื่อว่าการฆ่าสัตว์มาทำเป็นอาหารให้ผลเป็นบาป ฯลฯ ทั้งนี้เป็นเพราะระบบประสาทไม่สามารถสัมผัสความจริงเช่นนี้ได้

แต่ผู้ที่เข้าถึงปัญญาสูงสุดฝ่ายโลกุตตระ เชื่อว่าความไม่รู้จริง (อวิชชา) หรือคือผู้ที่มีปัญญาทางโลก ตายแล้วต้องไปเกิดใหม่เป็นสัตว์อยู่ในภพภูมิที่ถูกตรงกับเหตุที่ทำสั่งสมไว้ในดวงจิต อาทิ ความหลงผิด เอาจิตไปรองรับเป็นทาสของโลกธรรมและวัตถุ เป็นเหตุนำสู่การเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพเดรัจฉาน ความอยากได้ ความโลภ ความประพฤติทุจริตคอร์รัปชัน เป็นเหตุนำจิตให้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพเปรต ความโกรธความขุ่นเคืองใจอย่างแรง เป็นเหตุนำจิตให้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพนรก การมีศีล ๕ คุมใจอยู่เป็นปรกติ เป็นเหตุนำจิตให้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพ

มนุษย์ การมีจิตใฝ่บำเพ็ญทานและรักษาใจให้มีศีล ๕ อยู่เสมอ เป็นเหตุนำจิตให้โคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในภพสวรรค์ ฯลฯ ดังนั้นการใช้ปัญญาทางโลกส่องนำทางให้กับชีวิตปัจจุบัน จึงมีโอกาสนำพาชีวิตไปสู่ความวิบัติได้ ดังจะเห็นได้จากผู้ประพฤติปาณาติบาต ด้วยการทำให้ทารกพ้นไปจากครรภ์ (ทำแท้ง) การฆ่าสัตว์ด้วยเครื่องประหาร หรือใช้สารเคมีกำจัด เป็นเหตุทำให้ทรัพย์วิบัติ ชีวิตวิบัติด้วยมีหนี้สินล้นพ้นตัว (ล้มละลาย) ผู้ที่ประพฤติทุศีลข้อ ๒ เป็นเหตุแห่งทรัพย์วิบัติสูญหายไปกับลมพัดพา น้ำพัดพา ไฟเผามอดไหม้ถูกคนคดโกง หรือโจรขโมยลักพา ฯลฯ

ผู้ที่ประพฤติทุศีล ข้อ ๓ เป็นเหตุทำให้มีศัตรูปองร้าย ร่างกายเจ็บป่วยด้วยมีโรคเบียดเบียน ประพฤติทุศีลข้อ ๔ ทำให้พูดแล้วคนไม่เชื่อถือ ผู้ฟังไม่เลื่อมใสศรัทธา ผู้ที่ประพฤติทุศีลข้อ ๕ ทำให้ร่างกายพิการ มีโรคภัยไข้เจ็บ ชีวิตมีอุบัติเหตุ ดังนี้เป็นต้น

ที่ยกเอาเรื่องจริงขึ้นมาเป็นตัวอย่างให้เห็นเป็นปัจจุบัน เพื่อที่จะเสนอให้คิดว่า การใช้ปัญญาทางโลกที่เห็นไม่ถูกตามความเป็นจริงแท้ หากนำมาใช้ส่องทางให้กับชีวิต จึงมีโอกาสนำพาชีวิตไปสู่ความวิบัติ เพราะเมื่อใดที่แรงของอกุศลกรรมมีมากพอ จะผลักดันจิตของผู้ประกอบกรรมต้องได้รับ

ผลเป็นอกุศลวิบาก จึงไม่สมควรนำปัญญาทางโลกมาใช้ส่องนำทางให้กับชีวิต ตรงกันข้าม ผู้ใดใช้ปัญญาสูงสุด ที่เห็นเหตุเห็นผลถูกตรงตามความเป็นจริงแท้มาใช้ส่องนำทางให้กับชีวิต เมื่อกุศลกรรมให้ผล ผู้ประกอบกรรมย่อมได้รับผลเป็นวิบากที่ดี มีชีวิตไม่วิบัติ มีชีวิตเป็นปรกติสุข

กล่าวโดยสรุปจะเห็นได้ว่า ผู้มีปัญญาทางโลกมีโอกาสประพฤติทุจริตทางกาย ทางวาจาและทางใจได้ และผลที่จะเกิดตามในชาติปัจจุบัน คือ

ฆ่าสัตว์ ทำให้อายุสั้น
ลักทรัพย์ ทำให้โภคะพินาศ
ประพฤติผิดกาม ทำให้มีเวรจาก
ศัตรูปองร้าย
พูดเท็จ ทำให้ถูกกล่าวตู่
พูดส่อเสียด ทำให้แตกจากมิตร
พูดคำหยาบ ทำให้ได้ยินได้ฟัง
สิ่งที่ไม่น่าพอใจ
พูดเพ้อเจ้อ ทำให้ไม่มีคนเชื่อถือ
ดื่มสุรา ทำให้เป็นบ้า สติ
ฟั่นเฟือน

ฯลฯ

๕. วิริยะ

คำว่า “วิริยะ” หมายถึง ความเพียร ความบากบั่น

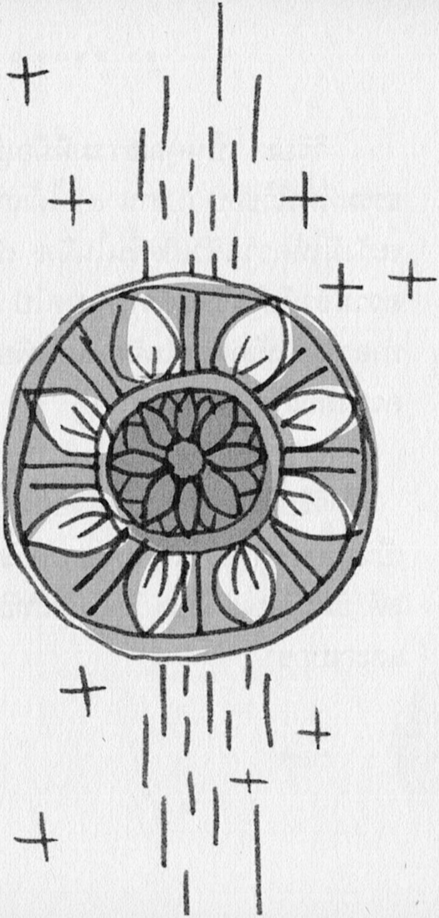
วิริยะเป็นคุณธรรมที่มีอยู่ในองค์คุณอันเป็นที่ตั้งแห่งความสำเร็จ หรือคือทางแห่งความสำเร็จ (อิทธิบาท ๔) ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา

วิริยะเป็นคุณธรรมที่มีอยู่ในธรรมที่เป็นกำลังนำสู่อริยมรรค (พละ ๕) ได้แก่ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา

วิริยะ เป็นคุณธรรมที่มีอยู่ในคุณธรรมที่ตั้งไว้ชอบ (ปธาน ๔) ได้แก่ เพียรระวังมิให้ความชั่วเกิดขึ้นในจิต เพียรละความชั่วที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพียรทำความดีให้เกิดขึ้นในจิต และเพียรรักษาความดีที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่

วิริยะเป็นคุณธรรมที่มีอยู่ในธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ (โพชฌงค์ ๗) ได้แก่ สติ ธัมมวิจยะ วิริยะ ปีติ ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา

ฯลฯ



จากองค์ธรรมที่ยกมาเป็นตัวอย่างแสดง จะเห็นได้ว่า ความเพียรเป็นคุณธรรมที่สำคัญ ในการพัฒนาจิตไปสู่ความเห็นแจ้ง พัฒนาจิตไปสู่ความพ้นทุกข์ ฉะนั้นในแต่ละวันที่บุคคลได้เวลามาใช้ในการดำเนินชีวิต ต้องถามและตอบตัวเองให้ได้ว่า เวลาในรอบวันมียี่สิบสี่ชั่วโมง เราใช้เวลาให้หมดไปกับการประพฤติกุศลธรรมวันละกี่ชั่วโมง ใช้เวลาประพฤติอกุศลธรรมวันละกี่ชั่วโมง ปล่อยเวลาให้ผ่านเลยไปโดยไม่ทำประโยชน์วันละกี่ชั่วโมง และใช้เวลาไปกับการนอนพักผ่อนวันละกี่ชั่วโมง ฯลฯ

อนึ่ง ผู้ที่ปฏิบัติธรรม คือผู้ที่เตรียมตัวไปเกิดในภพภูมิใหม่ ต้องถามและตอบตัวเองให้ได้ว่า ได้ใช้เวลาวันละกี่ชั่วโมงไปกับการพัฒนาจิต คนส่วนใหญ่ด้อยในความเพียรในการเตรียมตัวไปเกิดใหม่ด้วย การปฏิบัติธรรมเพียงวันละหนึ่งชั่วโมงครึ่งชั่วโมง หรือน้อยกว่านั้น ส่วนเวลาที่เหลืออยู่ถูกนำไปใช้ในการพูดคุยกันแต่ในเรื่องที่เป็นติรัจฉานกถา เช่น พูดคุยกันเรื่องโจร เรื่องอำมาตย์ เรื่องการรบ เรื่องการวางระเบิด เรื่องข้าว เรื่องน้ำ เรื่องบ้าน เรื่องคน เรื่องการเมือง เรื่องการปกครอง เรื่องการก่อม็อบ เรื่องการประท้วง เรื่องการปิดถนน ปิดทางเข้าสำนักงาน ฯลฯ หรือนำ

เวลาที่เหลืออยู่ ไปหลงเล่นอยู่กับติรัจฉานวิชา เช่น ใช้ความรู้ไปในการสาปแช่ง สะเดาะเคราะห์ ทำคนให้วิบัติ ทำนายโชคชะตา ปลุกเสก เครื่องรางของขลัง ทำวัตถุมงคล อุปโลกน์อัญมณีประจำวันเกิด ฯลฯ หรือนำเวลาไปใช้พัฒนาปัญญาทางโลกที่เป็นเหตุให้รู้ไม่จริงต่างๆ เหล่านี้เปรียบได้กับการควักโคลนใส่ลงในตุ่มน้ำ ขณะที่ไม่ศรัทธา ไม่สนใจพัฒนาจิตวิญญาณซึ่งเปรียบได้กับการตักน้ำใสใส่ลงในตุ่มน้ำ

หากเป็นไปในทำนองนี้แล้ว เวลาของชีวิตจะค่อยๆ หมดสิ้นไป โดยน้ำในตุ่มมิได้มีความใสเกิดขึ้น ดังนั้นในการทำ

ความดี ต้องเพียรประพฤติไม่ผิดกฎหมาย เพียรประพฤติไม่ผิดศีล เพียรประพฤติไม่ผิดธรรม จึงจะเรียกว่าเป็นการเพียรทำความดี ดังตัวอย่างที่ผู้บรรยายได้ไปบวชเป็นภิกษุและปฏิบัติธรรมอยู่กับท่านเจ้าคุณโชดก เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๘ เป็นการเพียรทำความดีด้วยการเอาสิ่งดีงาม (กุศลธรรม) มาเก็บไว้ในใจ เพียรทำความไม่ดีให้หมดไปจากใจ แล้วความดีงามที่มีอยู่กับใจจึงจะคุ้มครองผู้มีธรรม ดังคำที่ว่า "ตนเป็นที่พึ่งแห่งตน" (อัตตาหิ อัตโน นาโถ) นั่นหมายถึงพึ่งความดีที่มีอยู่ในใจตนนั่นเอง ผู้ไม่มีความดีสั่งสมอยู่กับใจจึงไม่สามารถพึ่งตนเองได้ ด้วยเหตุนี้ในวันสุดท้ายที่

ผู้บรรยายได้ไปลาสึกกับ ท่านเจ้าคุณโชดก ท่านได้พูดว่า “สิ่งที่ได้ไปนั้นเป็นของดีของวิเศษ ให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต” คำว่า “ของดีของวิเศษ” นั่นคือธรรมะของพระพุทธโคดมนั่นเอง

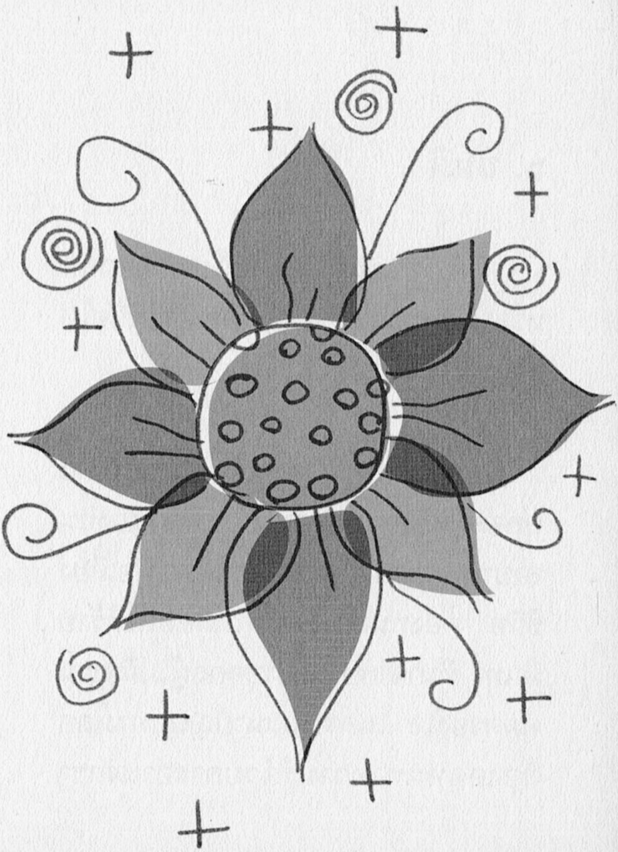
การเพียรทำความดีใดๆ ในโลกนี้ ไม่อาจเทียบได้กับการเพียรพัฒนาจิตให้มีอารมณ์ปรุงแต่งลดลง (สมาธิ) เพียรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง เพียรใช้ปัญญาเห็นแจ้ง ไปกำจัดกิเลสที่แฝงตัวนอนเนื่องอยู่ในสันดาน (อนุสัย ๗) ได้แก่ เพียรกำจัดความกำหนัดในกาม (กามราคะ) ให้หมดไปจากใจ เพียรกำจัดความหงุดหงิด (ปฏิฆะ)

ให้หมดไป เพียรกำจัดความเห็นผิด (ทิฏฐิ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความลังเลสงสัย (วิจิกิจฉา) ให้หมดไป เพียรกำจัดความถือตัว (มานะ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความกำหนัดในภพ (ภวราคะ) ให้หมดไป และเพียรกำจัดความไม่รู้จริง (อวิชชา) ให้หมดไป หรือในอีกแนวทางหนึ่ง คือ เพียรกำจัดกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ (สังโยชน์ ๑๐) ได้แก่ เพียรกำจัดความเห็นว่าเป็นตัวของตน (สักกายทิฏฐิ) ให้หมดไปจากใจ เพียรกำจัดความลังเลสงสัย (วิจิกิจฉา) ให้หมดไป เพียรกำจัดความถือมั่นศีลพรต (สีลัพพตปรามาส) ให้หมดไป เพียรกำจัดความติดใจในกามคุณ (กามราคะ) ให้หมดไป เพียร

กำจัดความกระทบกระทั่งในใจ (ปฏิฆะ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความติดใจในรูปธรรมอันประณีต (รูปราคะ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความติดใจในอรูปธรรม (อรูปราคะ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความถือว่าตัวเป็นนั่นเป็นนี่ (มานะ) ให้หมดไป เพียรกำจัดความฟุ้งซ่าน (อุทธัจจะ) ให้หมดไป และสุดท้าย เพียรกำจัดความไม่รู้จริง (อวิชชา) ให้หมดไป นี่เป็นความเพียรที่เกิดประโยชน์สูงสุดแก่ชีวิต

สรุปได้ว่าผู้ที่มีความเห็นถูกทางโลก (สัมมาทิฏฐิโลกิยะ) จะเพียรประพฤติกุศลธรรมอันเป็นบ่อเกิดแห่งบุญขึ้นกับชีวิตอาทิ

เพียรทำบุญด้วยการใส่บาตร เพียรถวายสังฆทาน เพียรทอดผ้าป่า ทอดกฐิน ตามวัดต่างๆ เพียรสร้างพระพุทธรูป สร้างโบสถ์ สร้างวิหาร ฯลฯ เหล่านี้เป็นความเพียรที่นำสู่การเข้าถึงสวรรค์สมบัติ แต่ก็มีคนอยู่จำนวนน้อยมีความเห็นถูกตามธรรม (สัมมาทิฏฐิโลกุตระ) จึงเพียรพัฒนาจิตให้ ตั้งมั่นเป็นสมาธิ เพียรพัฒนาจิตให้มีกิเลสลดลงและเพียรกำจัดกิเลสให้หมดไปจากใจเพื่อจะไม่กลับมาเวียนตาย-เวียนเกิดอยู่ในวัฏสงสาร หรือคือเพียรนำพาชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์นั่นเอง



๖. ขันติ

คำว่า "ขันติ" หมายถึงความอดทน หรือ ความหนักเอาเบาสู้ เพื่อนำพาชีวิตไปสู่จุดหมายที่ดีงาม

ในการนำพาชีวิตดำเนินไปตามวิถีโลก บุคคลผู้หวังความก้าวหน้าในชีวิต ต้องทนลำบาก ทนตรากตรำต่องานที่ทำเพื่อเลี้ยงชีวิต ต้องทนเจ็บใจต่อคำเสียดสีให้ร้ายนินทา ที่มาจากปากของบุคคลผู้ไม่มีธรรมคุ้มครองใจ ในการพัฒนาปัญญาทางโลก ต้องอดทนหาความรู้ด้วยการอ่านตำรา

คัมภีร์ อดทนพัฒนาความรู้ด้วยการปฏิบัติด้วยตัวเองให้เกิดเป็นความชำนาญ คือมีความรู้และทำเป็น จึงต้องมีความเพียรเป็นฐานสนับสนุน ยิ่งผู้ใดประสงค์พัฒนาความรู้ให้สูงยิ่งขึ้น ยิ่งต้องมีความอดทนให้มากขึ้นไปอีก ในการศึกษาเล่าเรียนทางด้านวิทยาศาสตร์ มีทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ที่ต้องใช้ความเพียรประพฤติต่อเนื่องยาวนานเป็นปีหรือหลายปี ต้องทนลำบากต้องทนตรากตรำ เพื่อให้ผลงานออกมาเป็นที่ยืนยันเชื่อถือได้

การเรียนรู้ให้เข้าถึงปัญญาทางโลกยังไม่อาจเทียบได้กับการเรียนรู้เพื่อให้เข้าถึง

ความจริงแท้ในทางธรรม ต้องเข้าให้ถึงความรู้สูงสุดด้วยการปฏิบัติธรรม คือต้องพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ (สมถภาวนา) และพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง (วิปัสสนาภาวนา) ทั้งสองการเรียนรู้นี้เป็นภาคปฏิบัติล้วน การทำงานเกี่ยวกับจิตเป็นเรื่องที่ทำได้ค่อนข้างยาก ด้วยเหตุที่จิตเป็นพลังงานที่มีการเกิด-ดับเร็ว มีการเคลื่อนที่เร็ว จนระบบประสาทหรือเครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ไม่สามารถตรวจวัดได้ จึงมีความจำเป็นต้องอดทน พัฒนาจิตให้มีกำลังสติกล้าแข็ง เพื่อใช้เป็นเครื่องมือตรวจวัดการเคลื่อนที่ของจิตออกไปรับกระทบเข้ามาปรุงอารมณ์ได้ทันท่วงที และ

ต้องอดทนพัฒนาจิตจนเกิดปัญญาเห็นแจ้ง เพื่อใช้เป็นเครื่องมือตรวจวัดการทำงานของจิตที่นำมาพัฒนา

ในการพัฒนาจิตให้มีสติกล้าแข็งและให้มีปัญญาเห็นแจ้ง ย่อมมีอุปสรรคขัดขวางการพัฒนาไม่ให้บรรลุเป้าหมายที่ดีงาม ตัวการที่เข้ามาขัดขวางนั้นเรียกว่า "มาร" ซึ่งมีอยู่ ๕ ประเภท ได้แก่ มารคือกิเลส (กิเลสมาร) มารคือเบญจขันธ์ (ขันธมาร) มารคืออภิสังขารที่ปรุงแต่งกรรม (อภิสังขารมาร) มารคือเทพบุตร (เทวปุตตมาร) และมารคือความตาย (มัจจุมาร)

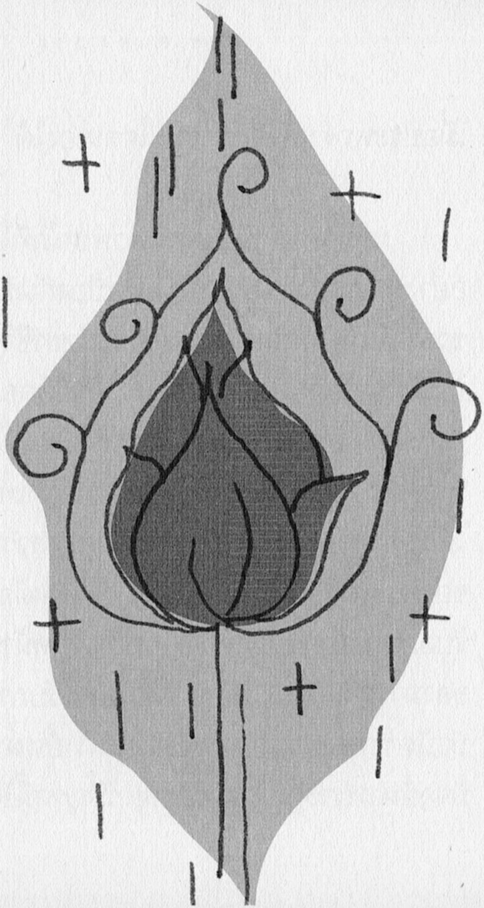
บุคคลที่มีความอดทนน้อยเมื่อมาปฏิบัติธรรม จึงไม่สามารถผ่านด่านของขันธมารได้ เช่น ขณะนั่งภาวนา เมื่อมีอาการปวดเมื่อยเกิดขึ้นที่แข้งขา หรือมีอาการเหน็บชาเกิดขึ้น ทำให้เกิดเป็นทุกขเวทนา ผู้ปฏิบัติธรรมที่มีกำลังของขันติไม่มาก จะทนลำบากต่อการเกิดทุกขเวทนาดังกล่าวไม่ได้ จึงต้องเปลี่ยนไปใช้อิริยาบถอื่น หรือล้มเลิกการปฏิบัติไปซึ่งมีให้เห็นเป็นจำนวนมาก ตอนที่ผู้บรรยายได้ไปปฏิบัติกรรมฐานเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๘ ได้มีนักศึกษาอาชีวะติดยาเสพติด (กิเลสมาร) ที่เป็นสารเฮโรอีน ได้มาบวชเป็นภิกษุเข้าปฏิบัติธรรม โดยยังมีเฮโรอีนซุกซ่อนมา

กับตัว ท่านเจ้าคุณโชดกรู้ได้เองว่า นักศึกษาผู้นี้ยังต้องพึ่งยาเสพติด จึงได้พูดกับนักศึกษาผู้มีปัญหาว่า "เอาออกมา ธรรมะช่วยได้" เมื่อภิกษุบวชใหม่ส่งมอบเฮโรอีนให้แล้ว ท่านเจ้าคุณฯ ได้โยนเฮโรอีนทิ้งลงไปในกระโถน ด้วยการปฏิบัติธรรมที่มีขันติสนับสนุน ภิกษุรูปนั้นจึงมีจิตเป็นอิสระจากกิเลสมาร (เฮโรอีน) นั้นได้ในเวลาที่ไม่นานนัก ท่านเจ้าคุณโชดกยังได้พูดว่า "การทำความดีย่อมมีมารขัดขวาง จะเอาชนะมารได้ต้องมีความอดทน" คือพัฒนาจิตให้มีสติและมีปัญญาเห็นถูกตามธรรม จึงจะเอาชนะมารได้

มีอยู่วันหนึ่ง ผู้เขียนคิดจะหนีออกจากคณะ ๕ วัดมหาธาตุฯ ด้วยเหตุที่คณะ ๕ อยู่ในระหว่างปรับปรุง มีการก่อสร้าง เป็นเหตุให้เกิดเสียงดังรบกวนการปฏิบัติธรรม คืนนั้นประมาณ ๒๐ นาฬิกา เป็นเวลาสอบอารมณ์ของพระภิกษุที่มาปฏิบัติธรรม ท่านเจ้าคุณโชดกได้มองมาที่ผู้เขียนแล้ว พูดว่า “จะหนีไปอยู่ ณ ที่แห่งใดในโลกนี้ ก็หนีใจตัวเองไม่พ้น จงอยู่แล้วสู้สิ” ท่านสอนวิธีสู้กับใจที่คิดจะหนีให้ ด้วยการกำหนดว่า “รู้หนอๆๆๆ” ทุกครั้งที่ใจคิดหนีบริกรรมเรื่อยไป จนใจที่คิดหนีหมดไป ผู้เขียนได้ปฏิบัติตามคำแนะนำ ผลคือไม่หนีออกจากคณะ ๕ เพราะวิธีการที่ท่านแนะนำ

เมื่อประพฤติแล้วจึงเอาชนะใจตนเองได้

มารทั้ง ๕ ประเภทนี้เขาทำหน้าที่ได้อย่างถูกตรงแม่นยำ ทั้งนี้เพื่อป้องกันขัดขวาง มิให้บุคคลทำความดีที่จะนำพาชีวิตไปให้พ้นจากวัฏสงสาร หรือมิให้สัตว์บุคคลพ้นไปจากอำนาจของมาร ตอนที่ผู้เขียนได้มีโอกาสทำหนังสือประวัติพระนางจามเทวีให้กับจังหวัดลำพูน ก่อนที่จะนำอนุสาวรีย์ของพระนางฯ มาประดิษฐาน ผู้เขียนต้องรับอกุศลวิบาก (ปวดหลัง) จากการทำหน้าที่ของมารนานถึง ๘ เดือน โดยไม่เข้ารับการบำบัดรักษาจากความรู้ของแพทย์แผนปัจจุบัน เพราะรู้ว่าไม่สามารถแก้ปัญหานี้ได้



จึงยอมตายเพื่อรักษาสัจจะที่ได้ให้ไว้กับเทพยดาที่มาสนทนาธรรมกันในคืนวันนั้น ผลปรากฏว่า เมื่อครบ ๘ เดือน อกุศลวิบากหายเป็นปลิดทิ้ง นั่นหมายความว่ามารยกเลิกการจองเวร ด้วยไม่สามารถเอาชนะขันติบารมีที่ผู้เขียนกำลังบำเพ็ญอยู่ได้

แม้จนถึงปัจจุบันที่ผู้เขียนประพฤติกุศลธรรมยังมีมารในรูปแบบต่างๆ ผลัดเวรกันมาเยี่ยมเยือนอยู่เสมอ แต่ผู้เขียนรู้ทันมาร ด้วยมีขันติธรรมเป็นแรงสนับสนุน มารจึงทำอะไรไม่ได้ ฉะนั้น ขันติจึงเป็นคุณธรรมที่ใครผู้ใดประพฤติได้แล้ว ย่อมเป็นที่รักที่ชอบใจของคนเป็นอันมาก เมื่อ

ตายยังเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ได้อีกด้วย ส่วนคนที่ไม่มีขันติ ใครทำเหตุให้ขัดใจแล้ว เกิดโทสะถึงกับฆ่ากันทำร้ายกัน แม้จะยังไม่ตายก็ยังต้องรับอกุศลวิบาก ถูกนำตัวเข้าไปรับโทษอยู่ในคุกในตะรางได้ หากตายลงเมื่อใดจิตวิญญาณจะโคจรไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในนรกอีกด้วย

๗. สัจจะ

คำว่า "สัจจะ" หมายถึงความจริง ความสัตย์ ความซื่อตรง ความแน่แท้ไม่แปรเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่น ฯลฯ

ผู้ใดมีสัจจะ คือมีกายเป็นสัจจะ มีใจเป็นสัจจะตรงกัน ผู้นั้นมีกายศักดิ์สิทธิ์ มีจิตศักดิ์สิทธิ์ เมื่อกล่าววาจาออกมา ย่อมเป็นคำพูดที่ศักดิ์สิทธิ์

ในวันที่ผู้เขียนไปลาสึกจากเพศนักบวชมาอยู่ในเพศของฆราวาส ท่านเจ้าคุณโชดก

ได้พูดว่า "สิ่งที่ได้ไปนั้นเป็นของดี ของวิเศษ ให้เก็บไว้กับตัวตลอดชีวิต" ผู้เขียนรับปากกับครูบาอาจารย์ว่า "ครับ ผมจะเก็บไว้" และด้วยเหตุที่ผู้เขียนประพฤติตนมีสัจจะจิตจึงศักดิ์สิทธิ์ ของดีของวิเศษจึงยังคงมีอยู่มาจนทุกวันนี้

ยิ่งไปกว่านั้นคนที่ฝึกจิตจนเข้าถึงความทรงฌานได้ ปัญญาสูงสุดฝ่ายโลกิยะที่เรียกว่า อภิญญา ๕ คือ อิทธิวิธี ทิพพโสต เจโตปริยญาณ ปุพเพนิวาสานุสติญาณ และทิพพจักขุ ย่อมเกิดขึ้นได้ และหากมีสัจจะเป็นพื้นฐานของใจ ความไม่เสื่อมหายในความรู้สูงสุดดังกล่าวย่อมคงอยู่ และ

สามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในทางโลกได้

ยกตัวอย่างเช่น มีผู้โทรศัพท์มาพูดคุยด้วย ผู้มีเจโตปริยญาณจะสามารถหยั่งรู้วาระจิตของผู้โทรศัพท์มาว่ามีสัจจะหรือไม่ ผู้ใดมีสัจจะ การพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งย่อมเกิดขึ้นได้ง่าย ทั้งนี้เพราะกายและใจของผู้มีสัจจะมีความศักดิ์สิทธิ์ มีกำลัง มีอำนาจที่จะเข้าถึงสิ่งที่ตนปรารถนาได้

๘. อธิษฐาน

คำว่า "อธิษฐาน" หมายถึงการตั้งจิตปรารถนา หรือตั้งใจมุ่งผลอย่างใดอย่างหนึ่งหรือมากกว่าหนึ่งอย่าง หรือคือความตั้งใจมั่นคง เพื่อมุ่งสู่จุดหมายในทางดีที่ตนปรารถนา ฯลฯ

คำอธิษฐานใดมีศีลและมีสัจจะกำกับ คำอธิษฐานนั้นย่อมให้ผลรุนแรง เพราะศีลและสัจจะจะทำให้จิตเข้าถึงความตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ง่าย จิตที่มีความตั้งมั่นเป็นจิตที่มีพลังมาก คนที่มีลักษณะของจิต

เป็นเช่นนี้ แม้เพียงแต่ความคิดยังส่งผลให้เข้าถึงความสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาได้

ผู้ที่ประพฤติบนบานต่อท้าวมหาพรหมที่ประดิษฐานอยู่ที่บริเวณสี่แยกราชประสงค์ กรุงเทพฯ นั้น เขาได้ตั้งปรารถนา หรือขอร้องให้สิ่งศักดิ์สิทธิ์ (ท้าวมหาพรหม) ช่วยเหลือในสิ่งที่เขาต้องการ เมื่อได้รับผลสำเร็จแล้ว เขาจึงให้สิ่งตอบแทนตามที่ให้คำมั่นสัญญาไว้ เช่น รำแก้บน วิ่งแก้บน บวชแก้บน ฯลฯ ศาสนาพุทธมิได้สอนให้พุทธศาสนิกประพฤติบนบาน แต่สอนให้อธิษฐาน เมื่อได้รับผลสำเร็จตามที่อธิษฐาน แล้วไม่จำเป็นต้องมีสิ่งตอบแทนให้กับสิ่งศักดิ์สิทธิ์นั้น

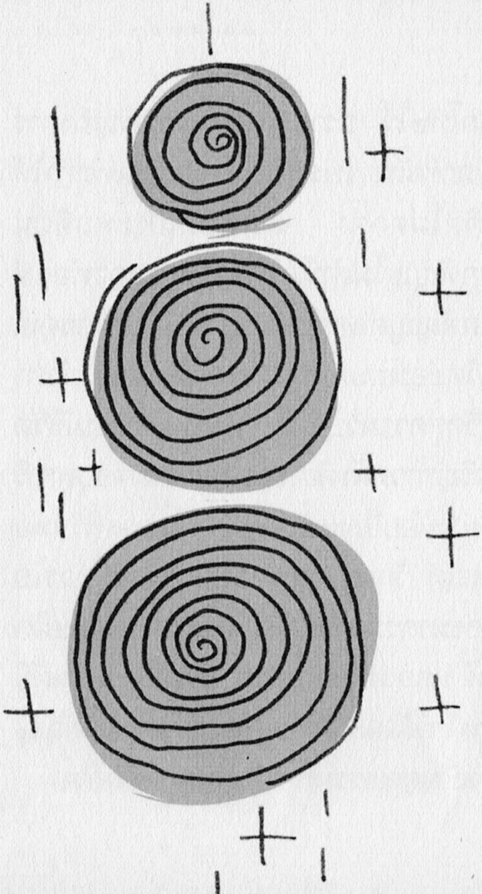
ดังจะเห็นได้จากตัวอย่างของเจ้าชายสุมนะ (อดีตของพระอานนท์) ท่านได้ประพฤติมหาทาน แล้วอธิษฐานต่อพระปทุมุตตระพุทธเจ้า ปรารถนาเป็นพุทธอุปัฏฐากในพระพุทธเจ้าพระองค์ใดพระองค์หนึ่งที่จะมาในกาลข้างหน้า จึงได้รับการพยากรณ์จากพระปทุมุตตระว่า ในอีกหนึ่งแสนกัปข้างหน้า เมื่อพระสมณโคดมพุทธเจ้าได้อุบัติขึ้นแล้ว เธอจักได้เป็นพุทธอุปัฏฐากประจำพระองค์ และในที่สุดคำอธิษฐานของอดีตพระอานนท์จึงได้ปรากฏเป็นจริง การอธิษฐานที่บรรลุผลได้ยาก เช่น อธิษฐานเป็นอัครสาวก ต้องใช้เวลายาวนานในการบำเพ็ญบารมีให้ได้

เป็นอัครสาวกถึงหนึ่งอสงไขยกับอีกหนึ่ง
แสนกัป และยิ่งอธิษฐานเป็นพุทธมารดา
ด้วยแล้ว ยิ่งต้องใช้เวลาสั่งสมบารมียาวนาน
เพื่อให้มีบารมีมากพอที่พระโพธิสัตว์จะลง
มาเกิดเป็นลูก และเมื่อพระโพธิสัตว์คลอด
ออกจากครรภ์แล้ว พระพุทธมารดาต้อง
ตายภายใน ๗ วัน ดังตัวอย่างของพระนาง
สิริมหามายาผู้เป็นอดีตพุทธมารดา หลัง
จากให้กำเนิดเจ้าชายสิทธัตถะแล้ว ๗ วัน
จึงต้องสวรรคตไปเกิดเป็นสิริมหามายาเทพ
บุตรอยู่ในสวรรค์ชั้นดุสิต หลังจากตรัสรู้
เป็นพระพุทธเจ้าแล้วในพรรษาที่ ๗ จึงได้
เสด็จสู่ดาวดึงส์สวรรค์ เพื่อไปเทศนาธรรม
โปรดอดีตพุทธมารดาที่ลงมาจากสวรรค์

ชั้นดุสิต หลังจากเทศนาธรรมจบลง สิริมหามายาเทพบุตรผู้เป็นอดีตพุทธมารดาได้ดวงตาเห็นธรรมบรรลุความเป็นเทพบุตรโสดาบันอยู่จนทุกวันนี้ และเช่นเดียวกันพระอัครสาวกสารีบุตร ก่อนทิ้งขันธ์ลาโลกเข้าสู่นิพพาน ได้ไปโปรดแม่ (นางสารี) ผู้มีความเห็นผิดให้กลับมามีความเห็นถูกและเข้าถึงความเป็นพระโสดาบันได้

ทีนี้ย้อนกลับมาดูพวกเราที่เข้าปฏิบัติธรรม เมื่อเช้ามีพิธีกรรมขอขมาพ่อแม่ผู้มีอุปการคุณต่อลูก ลูกคนใดที่รู้ตัวว่าเคยประพฤติไม่ดีต่อพ่อแม่ แล้วสำนึกถึงความผิดนั้นได้ หากได้ประพฤติขอขมาให้ท่าน

ยกโทษให้ ปราชญ์ย่อมสรรเสริญถึงการกระทำนั้น เพราะเป็นการสร้างเหตุทำให้ชีวิตไม่ตกต่ำ ส่วนคนที่ประพฤติตนอกตัญญูไม่สำนึกในพระคุณของพ่อแม่ อกตัญญูต่อครูบาอาจารย์ผู้มีอุปการคุณ ชีวิตย่อมพบกับอุปสรรคและปัญหานำพาชีวิตสู่ความวิบัติได้ ดังนั้นผู้ที่หวังมีชีวิตเจริญก้าวหน้า ต้องขออโหสิกรรมต่อบุพการีอย่างน้อยปีละครั้ง หรือทุกโอกาสที่วันพ่อ วันแม่ วันครู ฯลฯ เวียนบรรจบ ควรไปขอขมากรรมต่อท่าน เพื่อให้ท่านยกโทษผิดให้ นอกเหนือจากการประพฤติตนเป็นผู้มีขันติ มีสัจจะ มีอธิษฐานแล้ว ความกตัญญูจึงเป็นคุณธรรมที่ต้องประพฤติอีกด้วย



๙. เมตตา

คำว่า "เมตตา" หมายถึงความรัก ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับประโยชน์และมีความสุข

เมตตาเกิดขึ้นได้ต้องให้อภัยเป็นทาน ให้อภัยต่อผู้ที่เป็นเหตุทำให้เกิดความขัดใจ หรือให้อภัยต่อสิ่งที่ทำให้ขัดใจ เมตตาเป็นคุณธรรมที่ผู้ใดประพฤติได้แล้วผู้นั้นเป็นผู้มีเมตตาสั่งสมเป็นบารมีอยู่ในจิตใจ ผู้มีเมตตาเป็นผู้มีจิตใจสงบเย็น ไม่โกรธ เป็นที่รักของมนุษย์และอมนุษย์ ไฟ ยาพิษ อาวุธ

สัตว์ร้าย ไม่แผ้วพาน เทวดาคุ้มครอง รักษา ฯลฯ

ในสมัยที่ผู้เขียนไปฝึกปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดมหาธาตุฯ จนครบ ๓๐ วัน ตามที่ได้อธิษฐานไว้แต่วันแรกแล้ว จึงได้มีโอกาสไปกราบหลวงพ่อฤาษีลิงดำที่วัดท่าซุงจังหวัดอุทัยธานี และเรียนถามท่านว่า "หลวงพ่อครับ หากผมออกธุดงค์องค์เดียวอยู่ในป่าและไปเจอเสือโคร่ง เสือโคร่งจะกินผมหรือไม่" หลวงพ่อตอบว่า "กิน" จนวันรุ่งขึ้นท่านได้เฉลยต่อในเรื่องที่ถาม ด้วยการพูดว่า "หากคุณมีเมตตา แล้วแผ่เมตตาให้เสือโคร่ง เสือจะไม่กิน" หลังจากผู้เขียน

ได้ลาสึก ออกจากความเป็นพระสงฆ์มาอยู่ในเพศของฆราวาส และได้พัฒนาจิตตนเองให้มีเมตตา ด้วยการให้อภัยเป็นทานต่อผู้ที่ทำให้ขัดใจ ใครแกล้งเรา คดโกงเรา ทำให้เราต้องเดือดร้อน ก็คิดว่า "ช่างมันเถอะ" อีกไม่นาน ก็ต้องตายจากกันไปแล้ว เอาเวลามาทำประโยชน์ทำความดีให้เกิดขึ้นกับตัวเองดีกว่า ปฏิบัติเช่นนี้ไปเรื่อยๆ จนเกิดเป็นอารมณ์สงบเย็น เมตตาจึงได้เกิดขึ้นและถูกเก็บสั่งสมอยู่ในใจ ทำให้ความโกรธ ความหงุดหงิดหายไป ใจจึงสงบ ใจเป็นสุข ปฏิบัติธรรมแล้วจึงเข้าถึงธรรมได้ง่าย ผู้ใดมีเมตตา แม้จะเข้าไปอาศัยอยู่ในป่าเขา ก็ยังมีผู้ตามไปหา

ไปอยู่ใกล้ชิด ผู้มีเมตตาตื่นเป็นสุข หลับเป็นสุข ไม่ฝันร้าย สัตว์มีเขี้ยวมีพิษ รวมถึงยาพิษ อาวุธไม่กล้ำกราย ซ้ำยังมีเทวดาคุ้มรักษาอีกด้วย

๑๐. อุเบกขา

คำว่า “อุเบกขา” หมายถึง ความวางใจเป็นกลาง ไม่เอนเอียงไปในทางชอบหรือไม่ชอบ

บางคนไม่เข้าใจถึงความหมายที่แท้จริงของความหมายของคำว่า อุเบกขา เมื่อพบปัญหาแล้ว วางใจเฉย ไม่สนใจ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้น อย่างนี้เรียกว่ามีโมหะ แต่หากผู้ใดใช้ปัญญาพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นว่าดำเนินไปตามกฎไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) เมื่อปัญหาเข้าถึง

ความเป็นอนัตตา ผู้พิจารณาจึงได้รู้แจ้งชัดว่า ปัญหาเป็นสิ่งที่ไม่มีตัวตนแท้จริง จึงไม่เอาจิตเข้าไปเป็นทาสของปัญหา จิตปล่อยวางปัญหา แล้วจิตเข้าถึงความว่างเป็นอุเบกขา นี่เป็นอุเบกขาที่พระพุทธโคดมชี้นำให้ปฏิบัติ

ดังนั้นผู้มีปัญญาจึงต้องใช้ปัญญาแก้ปัญหา มิใช่วางเฉยโดยไม่นำปัญหามาพิจารณา การวางเฉยในปัญหาที่เกิดขึ้นโดยไม่ใช้ปัญญาวิเคราะห์ เรียกว่าเป็นคนหลง (โมหะ) ตัวอย่างเช่น ไฟฟ้าในอาคารบ้านเรือนดับ ผู้ไม่ใช้ปัญญาจะวางเฉยโดยไม่รับรู้ว่าสิ่งใดเป็นเหตุทำให้ไฟฟ้าดับ การ

วางเฉยแบบนี้เป็นโมหะ มิได้เป็นอุเบกขา ดังที่ผู้มีความเห็นผิดเข้าใจ ตรงกันข้าม เมื่อไฟฟ้าดับ ผู้มีปัญญาจะค้นหาต้นเหตุที่ทำให้ไฟฟ้าดับ เมื่อรู้ว่าหน่วยจ่ายกระแสไฟฟ้าดับเองเพราะมีการปักเสาพาดสายไฟ เมื่อเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานแล้วเสร็จ ผู้จ่ายกระแสไฟฟ้าก็จะส่งกระแสไฟฟ้ามาให้เอง เมื่อรู้ดังนี้แล้วจึงวางใจเป็นอุเบกขา อย่างนี้ไม่เรียกว่าเป็นคนหลง

ยังมีอุเบกขาอีกประเภทหนึ่ง เกิดขึ้นด้วยการพัฒนาจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ ด้วยวิธีเจริญสมถกรรมฐาน เมื่อจิตเข้าถึงความตั้งมั่นสูงสุด (อัปปนาสมาธิ) ที่บางคน

เรียกว่า สมาธิในระดับฌาน หากจิตเข้าถึงรูปฌานที่ ๔ อารมณ์ฌานที่เกิดขึ้นจะมีอยู่ ๒ อารมณ์ ได้แก่ อุเบกขา และเอกัคคตา อุเบกขาดังกล่าว เกิดขึ้นจากกำลังของฌานเป็นต้นเหตุ เมื่อนำจิตออกจากความทรงฌาน อุเบกขาในฌานก็จะหายไป หากจะเปรียบเทียบกับอุเบกขาที่เกิดจากผัสสะเข้าสู่ความเป็นอนัตตาตามกฎไตรลักษณ์นั้นแตกต่างกัน พระพุทธโคดมสรรเสริญอุเบกขาประเภทหลังนี้มากกว่า

ผู้ใดพัฒนาจิตจนมีกำลังของสติกล้าแข็ง และมีปัญญาเห็นแจ้งได้แล้ว สติจะเป็นตัวระลึกได้ทัน ผัสสะที่เข้าทางหู ตา จมูก

ฯลฯ แล้วปัญญารู้เท่าทัน จะเห็นผัสสะเข้าสู่ความเป็นอนัตตาทันที เช่น เห็นรถชนกัน จิตจะไม่หวั่นไหวด้วยไม่เกิดอารมณ์ปรุงแต่ง ผู้เขียนเคยเดินทางไปภาคอีสานตอนบน ได้ไปเห็นภิกษุองค์หนึ่งกำลังนอนดิ้นใกล้ตายอยู่บนรถสามล้อเข็นในวัด คนที่ขาดสติเมื่อเห็นภิกษุมีอาการเช่นนั้น จึงออกอาการโวยวาย จิตขาดสติคุม ไม่รู้จริงในเรื่องของการตาย จึงได้ตำหนิคนที่มีสติผู้มีอารมณ์สงบว่าเป็นคนใจดำ เห็นคนกำลังใกล้จะตายแล้วไม่ช่วยเหลือนำส่งโรงพยาบาล แท้จริงแล้ว คนที่จะตาย หมอก็ไม่อาจยื้อชีวิตเอาไว้ได้ เช่นเดียวกันพ่อแม่หรือญาติที่มีอายุย่างเข้าสู่วัยชรา ผู้มีสติ

ไม่ควรนำเอาเรื่องไม่ดีไปบอกเล่าให้คนใกล้ตายฟัง ต้องปล่อยให้ท่านมีเวลาทำจิตให้สงบ เพื่อให้จิตทิ้งร่างขณะมีสติคุม จึงจะไปเกิดใหม่ในสุคติภพได้ จงดูตัวอย่างของหลวงพ่อดาบส ท่านรู้วาระการตายของตัวเอง จึงลงกลอนประตูหน้าต่างทุกบานของกุฏิที่ท่านพักอาศัย ปิดกุฏิมิดชิดด้วยปรารถนามิให้ใครเข้าไปพูดคุย รบกวนใจให้เคลื่อนไปจากการมีสติคุม แม้ลูกศิษย์ผู้มีความหวังดีทางโลกจะเคาะประตูร้องเรียก ท่านก็ไม่ยอมเปิดประตูออกมา แล้วในที่สุดท่านได้จากโลกนี้ไปด้วยจิตที่สงบ

ปุถุชนใดฝึกสมถภาวนาจนจิตบรรลุความทรงฌานได้แล้ว พร้อมกับมีปัญญาเห็นแจ้งเกิดขึ้นจากวิปัสสนาภาวนา จะประคองจิตที่จะหลุดออกจากร่างด้วยการมีสติคุม มิให้จิตหลุดขณะมีความตั้งมั่นเป็นฌาน เพราะหากตายในขณะจิตที่ทรงอยู่ในฌาน จะไปอุบัติเป็นพรหมอยู่ในชั้นที่เหมาะควรกับกำลังของฌานที่พัฒนาได้ เว้นไว้แต่ว่าอริยบุคคลระดับอนาคามี เมื่อถึงเวลาที่จิตทิ้งร่าง มัคคสิทธิฌานที่อุบัติขึ้นพร้อมกับอนาคามิมรรคญาณ จะมีแรงผลักดันจิตวิญญาณให้โคจรไปเกิดเป็นรูปพรหม อยู่ในสุทธาวาสพรหมภูมิ

นอกจากนี้ฌานยังเป็นพื้นฐานนำจิตเข้าสู่ภาวะนิพพานได้อีกด้วย ดังจะขอยกเรื่องพระพุทธรูปนอนสีหไสยา ณ เมืองกุสินารา มาบอกเล่าให้ฟังว่า ตรงแท่นบรรทมใต้พระเศียรของพระพุทธโคดมมีรูปปั้นนูนต่ำ ลักษณะเป็นเพศหญิงสยายผมอยู่ในอิริยาบถถวายบังคมพระบรมศพ ส่วนพระแท่นฯ ตรงกลาง เป็นรูปพระสงฆ์นั่งสมาธิ ที่พระแท่นฯ ส่วนปลายเท้ามีรูปคนนั่งอยู่ในท่ารำพึง นั่นคือสุภัททะปริพาชก* ซึ่งต่อมาได้พัฒนาจิตจนบรรลุอรหัตตผลเป็นปัจฉิมสาวกในพุทธศาสนา เมื่อย้อน

---

* สุภัททะปริพาชก เป็นคนละคนกับสุภัททวุฒิบรรพชิต ผู้กล่าวจาบจ้วงพระธรรมวินัย หลังจากพระพุทธองค์เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว

กลับมาดูรูปปูนปั้นนูนต่ำ ที่อยู่ในส่วนกลางของพระแท่นบรรทม นั่นคือพระอนุรุทธเถระผู้กำลังเข้าฌาน ติดตามดูลีลาการเสด็จดับขันธปรินิพพานของพระพุทธเจ้า โดยมีพระอานนท์เป็นผู้ทำหน้าที่ปุจฉา (ถาม) และมีพระอนุรุทธเถระ ทำหน้าที่วิสัชชนา (ตอบ) พุทธบริษัทจึงได้รู้ลีลาการเสด็จดับขันธ์ของพระพุทธโคดมดังนี้คือ

นำจิตเข้าสู่รูปฌานที่ ๑

นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๑

เข้าสู่รูปฌานที่ ๒

นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๒

เข้าสู่รูปฌานที่ ๓

นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๓
เข้าสู่รูปฌานที่ ๔
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๔
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๑
นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๑
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๒
นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๒
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๓
นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๓
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๔
นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๔
เข้าสู่นิโรธสมาบัติ
นำจิตออกจากนิโรธสมาบัติ
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๔

นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๔
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๓
        นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๓
        เข้าสู่อรูปฌานที่ ๒
นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๒
เข้าสู่อรูปฌานที่ ๑
        นำจิตออกจากอรูปฌานที่ ๑
        เข้าสู่รูปฌานที่ ๔
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๔
เข้าสู่รูปฌานที่ ๓
        นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๓
        เข้าสู่รูปฌานที่ ๒
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๒
เข้าสู่รูปฌานที่ ๑

นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๑
เข้าสู่รูปฌานที่ ๒
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๒
เข้าสู่รูปฌานที่ ๓
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๓
เข้าสู่รูปฌานที่ ๔
นำจิตออกจากรูปฌานที่ ๔
เข้าสู่การดับของรูปพร้อมกับการดับ
ของนาม**

จากลีลาการเสด็จดับขันธปรินิพพานของพระพุทธะ ผู้เขียนเข้าใจลึกซึ้ง ด้วยเหตุที่เคยนำจิตเข้าถึงปุพเพนิวาสานุสติ

**คือ เจตสิกดับ (ความโลภ ความโกรธ ความหลง เมตตา สติ ปัญญา ฯลฯ ดับ)

ญาณ จึงได้รู้เห็นเข้าใจการตายของตัวเอง ด้วยไปเห็นการดับของรูปเพียงอย่างเดียว ภพแล้วภพเล่า แต่นามไม่เคยดับลงได้สักคราว ทั้งนี้เป็นเพราะยังมีกิเลสครอบงำใจอยู่นั่นเอง แม้จะรู้เช่นนี้แล้ว ยังไม่ปรารถนากำจัดกิเลส (สังโยชน์) ให้หมดไปจากใจของตัวเอง ด้วยเหตุที่ยังมีสัจจอธิษฐานมาช่วยเพื่อนไม่ให้ลงไปเกิดเป็นสัตว์อยู่ในอบายภูมิค้างคาใจอยู่ จึงต้องใช้สติสัมปชัญญะ รักษากิเลสบางตัวไว้เพื่อจะกลับขึ้นไปช่วยเพื่อน ที่ยังมีอยู่ในสุคติภพที่อยู่เหนือภพมนุษย์ วิธีรักษาสติสัมปชัญญะให้คงอยู่และมีกำลังต้านมารเอาไว้ได้จึงต้องเจริญพละ ๕ อยู่เสมอ เพื่อใช้เป็นกำลัง

สนับสนุนใจไม่ให้เสื่อมไปจากกุศลธรรมที่พัฒนาได้

สรุปแล้วคุณธรรม ๑๐ อย่าง อันได้แก่ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิษฐาน เมตตา และอุเบกขา ผู้ใดประพฤติให้เกิดมีขึ้นได้แล้ว จะทำให้ผู้นั้นมีคุณสมบัติที่ทำให้ยิ่งใหญ่ คือ สามารถพัฒนาจิตให้เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ สามารถนำพาจิตวิญญาณให้พ้นไปจากความทุกข์ทางใจได้ สามารถนำพาจิตวิญญาณไปสู่ความสุขสูงสุด ที่เรียกว่า ***วิมุตติสุข*** ได้ และหากเมื่อใดถึงวาระที่ต้องทิ้งขันธ์ลาโลก การนำพาชีวิตให้พ้นไปความทุกข์ทั้งปวงก็จะเกิดขึ้น

รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือ “ทศบารมี”

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณณฐ โปษยะนันท์	๒๑,๘๗๐
๒	คุณสุวรรณา พุทธิพรชัย	๒๐,๐๐๐
๓	คุณณฐ โปษยะนันท์	๑๘,๐๐๐
๔	ว่าที่ ร.ต.เสิม ธัญญาประสาท	๑๖,๐๐๐
๕	คุณมนตรี จึงมานะกิจ	๑๐,๕๒๐
๖	นพ.ทวีศักดิ์ บุณฑริกวิวัฒน์	๑๐,๐๐๐
๗	คุณอังศณา สุขสุวรรณ์	๖,๐๐๐
๘	คณะฟังธรรมชมรมสนทนาภาษาธรรม การไฟฟ้านครหลวง	๔,๐๓๐
๙	คุณวชิราภรณ์ คู่อรุณ	๔,๐๐๐
๑๐	คุณหยาดฝน เมืองมา	๓,๕๐๐
๑๑	คุณเอกชัย ดีรุ่งโรจน์	๓,๒๐๐
๑๒	คุณอุดม ทนายานุภัทร์	๓,๒๐๐
๑๓	คุณพรรณประภา มีเลิศสม	๓,๐๐๐
๑๔	ครอบครัวอัศวแสงพิทักษ์	๓,๐๐๐
๑๕	คณาจารย์ และนศ.ม.อิสเทิร์นเอเชีย	๒,๓๒๐
๑๖	คุณวธิกา สาระขันธ์	๒,๓๐๐
๑๗	คุณเอกชัย ดีรุ่งโรจน์	๒,๒๐๐
๑๘	คุณนฤมล ทิพย์สงเคราะห์	๒,๐๐๐
๑๙	คุณภรณ์ศิริ ศศิศาสตร์	๒,๐๐๐
๒๐	คุณชัชวาล สีไสวพร	๒,๐๐๐
๒๑	คุณวิเนตร เลิศวีระศิริกุล	๒,๐๐๐
๒๒	คุณอดิสัย ภูมิวิเศษ	๒,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๒๓	คุณมะลิวัลย์ แสนศิริโภค	๒,๐๐๐
๒๔	คุณวนาวรรณ จันทร์หนูหงษ์	๑,๙๕๐
๒๕	คุณสุริยะ ปฏิมา	๑,๖๐๐
๒๖	คุณวนิดา คลังกำแหงเดช	๑,๕๕๐
๒๗	คุณอโยธัย งดงาม และครอบครัว	๑,๕๐๐
๒๘	คุณวรัท อดุลดำรงศักดิ์ - คุณภัทราพร ลอยเจริญ	๑,๕๐๐
๒๙	คุณพิมลพรรณ เชื้อบำรุง	๑,๕๐๐
๓๐	คุณเกียรติสกนธ์ ภูมมารินทร์	๑,๔๖๐
๓๑	คุณสุรีรัตน์ ธีระวณิชตระกูล	๑,๓๐๐
๓๒	คุณสุวิสา ผลเจริญ	๑,๒๐๐
๓๓	คุณเกวลิน เอื้ออารีมิตร	๑,๒๐๐
๓๔	คุณเพ็ญศรี กุลเถลิง	๑,๑๐๐
๓๕	คุณชนิตรา สิทธิไส	๑,๐๐๐
๓๖	คุณวาสนา เวสสีเชาวการ	๑,๐๐๐
๓๗	คุณเสน่ห์ ชอบสอาด	๑,๐๐๐
๓๘	ครอบครัวรักษาผล	๑,๐๐๐
๓๙	ครอบครัวอิทธิสมบัติ	๑,๐๐๐
๔๐	คุณผาสพร ธูปผลี	๑,๐๐๐
๔๑	คุณเชาวนี แพร่ภัทร	๑,๐๐๐
๔๒	คุณวานี วงศ์แพทย์	๑,๐๐๐
๔๓	รศ.นพ.ชัยยศ ธีรผกาวงศ์	๑,๐๐๐
๔๔	คุณสุนิตย์ กาญจนวงษ์	๑,๐๐๐
๔๕	คุณแม่ลั้ง อภิชาตกิตติกร พร้อมบุตรธิดา อุทิศให้อาเตี่ย เฮี่ยซังไถ่	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๔๖	คุณมาโนช อยู่บรรยงค์	๑,๐๐๐
๔๗	คุณธวัลรัตน์ บุษปพงศ์พันธุ์	๑,๐๐๐
๔๘	คุณพัชชะนี ลิมสกายุรัตน์	๑,๐๐๐
๔๙	คุณพวงทิพย์ นิลประดับแก้ว	๑,๐๐๐
๕๐	คุณมรกต จงไพศาล	๙๙๙
๕๑	คุณชลาขต จงไพศาล	๙๙๙
๕๒	คุณสายสมร โนเนเดอร์	๙๒๐
๕๓	คุณสุภีย์ โกศลชื่นวิจิตร	๘๒๐
๕๔	คุณอุทัยวรรณ ขุนเจริญ	๘๓๐
๕๕	คุณอุทัยวรรณ ขุนเจริญ	๘๒๐
๕๖	คุณเพ็ญสินี จรัสสุริยงค์	๘๑๐
๕๗	คุณไพฑูรย์ ศฤงฆารนันท์	๘๐๐
๕๘	คุณมาโนช อยู่บรรยงค์	๗๖๖
๕๙	คุณวิเนต เลิศวีระศิริกุล	๗๕๐
๖๐	คุณอภิวัฒน์ - คุณสิรภพ - คุณเรวดี - คุณธีรภัทร์ มานิตยกุล	๗๐๐
๖๑	คุณอิงอร คงบรรเทิง	๗๐๐
๖๒	คุณกิตติยา ศิริมาตย์	๖๕๐
๖๓	คุณวันเพ็ญ ทองบุญอยู่	๖๔๐
๖๔	คุณนิภา ศักดาทิวากร	๕๔๐
๖๕	คุณวัฒนา คงโพธิ์	๕๐๐
๖๖	คุณวชิราภรณ์ คู่อรุณ	๕๐๐
๖๗	คุณสุรพงษ์ ภิญโญชนม์	๕๐๐
๖๘	คุณสุวิทย์ - คุณทัศนีย์ กอปรวิริยะกิจ	๕๐๐
๖๙	คุณจิรยา โลหะ	๕๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๗๐	คุณสุภร อาสาวงศ์	๕๐๐
๗๑	คุณญาณภัค อาวรณ์	๕๐๐
๗๒	คุณดรุณี คำดี และครอบครัว	๕๐๐
๗๓	คุณกนกพจน์ มีวัฒนา	๕๐๐
๗๔	คุณศการินทร์ โพธิวาสรารินทร์	๕๐๐
๗๕	คุณอมรา ธรรมปรีชากร	๕๐๐
๗๖	ครอบครัวเสถียนจารุรัตน์	๕๐๐
๗๗	คุณชนาธร มหินธรเทพ	๕๐๐
๗๘	คุณตี๋ แซ่จัง	๕๐๐
๗๙	คุณอารียา พันธุ์สุริยานนท์	๕๐๐
๘๐	คุณสมใจ อธิการยานันท์	๕๐๐
๘๑	คุณวันทนา ศรีนิลยา	๕๐๐
๘๒	คุณสมบูรณ์ - คุณพนิดา วังสะพันธุ์ และครอบครัว	๕๐๐
๘๓	คุณสมสนิท สินพูลผล	๕๐๐
๘๔	คุณสุพัตรา กิตติเจริญเกียรติ	๕๐๐
๘๕	คุณวนิดา จันทนะลิขิต	๔๘๐
๘๖	คุณอันยาภัทร์ ท้าวภิบาล	๔๗๐
๘๗	คุณสิทธิธร เนยปฏิมานนท์	๔๖๐
๘๘	คุณพรรณี ลิมปิวัฒนา	๔๕๐
๘๙	คุณวนิดา จันทนะลิขิต	๔๕๐
๙๐	คุณชรินทร์ สุวัชรังกูร	๔๐๐
๙๑	คุณศิริพร จงเจริญยานนท์	๔๐๐
๙๒	คุณกันยารัตน์ สุวรรณศรี	๓๘๐
๙๓	คุณอุกฤษฏ์ - คุณเขษมศักดิ์ อายตวงษ์	๓๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๙๔	คุณไพฑูรย์ ศฤงฆารนันท์	๓๐๐
๙๕	คุณพิชัย - คุณมาลี - คุณฐานิตา - คุณพิสุทธิ์ จันทร์วัฒรังกูล	๓๐๐
๙๖	คุณสมชาย ศักดาทิวากร	๓๐๐
๙๗	คุณธัญพร ภู่บังบอน และครอบครัว	๓๐๐
๙๘	คุณวารี แสงสว่าง	๒๙๐
๙๙	คุณกัญญ์ชญา พวงเพ็ชร	๒๘๐
๑๐๐	คุณสมชาย คงวงศ์สุภัค	๒๘๐
๑๐๑	คุณรัตนา สินธีรภาพ	๒๖๐
๑๐๒	คุณชารี เพ็ชรภณ์	๒๕๐
๑๐๓	ร้านกาแฟตั้งใจ นครนายก	๒๕๐
๑๐๔	คุณฉลองชัย คงบันเทิง	๒๒๐
๑๐๕	คุณบุญฑริกา เจริญสุข	๒๒๐
๑๐๖	คุณรัตนา เจียระมั่นคง	๒๑๐
๑๐๗	คุณศิริกุล สินลือนาม	๒๐๐
๑๐๘	คุณวรรณา ศิริมานะพงษ์	๒๐๐
๑๐๙	คุณสุวิชา พูลเกษ	๒๐๐
๑๑๐	คุณพิมพิไล แพงโสม	๒๐๐
๑๑๑	คุณวิจิตรา สารินทร์	๒๐๐
๑๑๒	ร.ต.ท.(ญ) วริษฐพร กลึงวิจิตร	๒๐๐
๑๑๓	คุณสมศักดิ์ นิลวรรณ์	๒๐๐
๑๑๔	คุณนก-คุณเรณู	๒๐๐
๑๑๕	คุณสวา หมอรัตน์	๒๐๐
๑๑๖	คุณพรชัย พิมพา	๒๐๐
๑๑๗	คุณกานต์จสรณ์ กิตติมานะสกุล	๒๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๑๘	คุณรัชนีวรรณ ชลชาญ	๒๐๐
๑๑๙	คุณชรินทร์ สุวัชรังกูร	๒๐๐
๑๒๐	คุณวิภาพร มหัทธนารักษ์ และเพื่อนๆ	๑๘๐
๑๒๑	คุณประยุทธ - คุณธนวรรณ ปิยะกาโส	๑๖๐
๑๒๒	คุณประมวล สมณะ	๑๕๐
๑๒๓	คุณอัฉรา แซ่ตั้ง	๑๕๐
๑๒๔	คุณสิริภัทร ชุติมาเทวินทร์	๑๕๐
๑๒๕	คุณดวงใจ อริยะสกุลทรัพย์	๑๒๐
๑๒๖	คุณพีรวุฒิ รัตนพงษ์	๑๒๐
๑๒๗	คุณจินตนา ยิกทิม	๑๒๐
๑๒๘	คุณขิษฐา กระวานธง	๑๒๐
๑๒๙	คุณสิริพร แซ่ตึ้ง	๑๒๐
๑๓๐	คุณวัฒนา สง่างาม	๑๐๐
๑๓๑	คุณอภิญญา เปี่ยมทอง	๑๐๐
๑๓๒	คุณจินต์ศุจี โค้งสูงเนิน	๑๐๐
๑๓๓	คุณรจนินารถ ทรงบรรพต	๑๐๐
๑๓๔	คุณนาถอนงค์ ทรงบรรพต	๑๐๐
๑๓๕	คุณกำไล ศรีสวัสดิ์	๑๐๐
๑๓๖	คุณศรีวรรณ สุขแสนไกรศร	๑๐๐
๑๓๗	คุณปุณญาดา ชยากรคุณภัทร	๑๐๐
๑๓๘	คุณณัฐชนก บุศยานนท์	๑๐๐
๑๓๙	นพ.ศิริชัย เอกสันติวงศ์	๑๐๐
๑๔๐	คุณสำราญ พัทสาร	๑๐๐
๑๔๑	คุณสุนีย์ แซ่ลี้	๑๐๐
๑๔๒	คุณลิลลี่ ภัทรโชคช่วย	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๔๓	คุณเชาวรินท ภัทรโชคช่วย	๑๐๐
๑๔๔	คุณกุลธิดา ภัทรโชคช่วย	๑๐๐
๑๔๕	คุณมรกต จงไพศาล	๑๐๐
๑๔๖	คุณทิวาพร หลวงบำรุง	๑๐๐
๑๔๗	คุณกัญญา ติวงษ์	๗๐
๑๔๘	คุณชลดา พรหมสุข	๗๐
๑๔๙	คุณจินตนา ยิกทิม	๗๐
๑๕๐	คุณดรุณี คำดี	๗๐
๑๕๑	พ.จ.อ.หญิง จุฑามาศ ธรรมบัญชา	๗๐
๑๕๒	คุณวรรณา ทิพวรรณ	๗๐
๑๕๓	คุณอำไพ งามขำ	๖๐
๑๕๔	คุณธารารัตน์ กาญจนวิสิษฐผล	๐
๑๕๕	คุณไพโรจน์ แย้มเอิบศิลป์	๖๐
๑๕๖	พ.ต.อ.บุญเสริม ศรีชมภู และครอบครัว	๖๐
๑๕๗	คุณอรนิชาภา วัรชทัศนกุล	๖๐
๑๕๘	คุณวิภาวรรณ์ ศรีประไพ	๖๐
๑๕๙	คุณสิทธิชัย ปัญคิวจณาน์	๖๐
๑๖๐	คุณคำพล หนองยาง	๖๐
๑๖๑	คุณนุชนารถ สุวรรณไพ	๖๐
๑๖๒	คุณกาญจนา วรรธะมานี	๕๐
๑๖๓	คุณภาวินี วงศ์บุญรอด	๕๐
๑๖๔	คุณมานะ นาวิน	๕๐
๑๖๕	คุณโสภิต	๔๐
๑๖๖	คุณนรินทร์พัชร์ อัศวบุญมี	๔๐
๑๖๗	คุณสักยา นามสว่าง	๔๐

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	จำนวนเงิน
๑๖๘	คุณปัณฑิต ชาญพานิช	๔๐
๑๖๙	คุณเชาวณี แพร่ภัทร	๔๐
๑๗๐	คุณฉัตรเงิน ปักเคเต	๓๐
๑๗๑	คุณอารีย์ หนองเทา	๓๐
๑๗๒	คุณวิรัตน์ จันทร์อธิกุล	๓๐
๑๗๓	คุณทิวาพร หลวงบำรุง	๓๐
๑๗๔	คุณนัยนา แดงโสภา	๓๐
๑๗๕	ดต.ปยุต ประดับสุข	๓๐
๑๗๖	คุณจิราภา ใจกล้า	๒๐
๑๗๗	คุณวริชาภรณ์ ปิตาราคะ	๒๐
๑๗๘	คุณสนา ดีด้วยชาติ	๒๐
๑๗๙	คุณสุวิทย์ - คุณทัศนีย์ กอปรวิริยะกิจ	๒๐
๑๘๐	คุณมณีรัตน์ พิพัฒน์อาภรณ์	๒๐
๑๘๑	คุณชาญชัย หมื่นพรม	๒๐
๑๘๒	คุณกัญญา จันทร์กำเนิด	๒๐
๑๘๓	คุณเตือนใจ ศุภวิเศษ	๒๐
๑๘๔	คุณเสกสรร นิลประกอบกุล	๒๐
๑๘๕	คุณกัญญา จันทร์กำเนิด	๑๐
๑๘๖	คุณศิรินันท์ เผือกโสภา	๑๐
๑๘๕	คุณเพิ่มพงศ์ - ด.ช.เอกสหัส ธนพิพัฒน์สัจจา และครอบครัว	๑๐
	รวมศรัทธาทั้งสิ้น	**๒๑๒,๓๘๔**

บันทึก



ชมรมกัลยาณธรรม
๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ
อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐
โทรศัพท์ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓
โทรสาร ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓
www.kanlayanatam.com


ชมรมกัลยาณธรรม
www.kanlayanatam.com